ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್. ಶಂಕರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ 11ನೇ ಪ್ರಕಟಣೆ

ಶರೀರ ವಿಜ್ಞಾನ



ಹುಡುಗ ಹದಿವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ

● ಅನಿತ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ

● ಚಾರುಶೀಲಾ ಜುಯಿಕರ್

ಶರೀರ ವಿಜ್ಞಾನ
ಹುಡುಗ ಹದಿವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ

ಮರಾಠಿ–ಮೂಲ
ಅನಿತ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ
ಚಾರುಶೀಲಾ ಜುಯಿಕರ್

ಕನ್ನಡ ರೂಪಾಂತರ
ಎಂ.ಎನ್.ದೀಕ್ಷಿತ್

ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಮತ್ತು ಸಂಪಾದನೆ
ಎಸ್.ಎಸ್. ಹಿರೇಮಠ

ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ
ಗುಲಬರ್ಗಾ

Sharir Vijnan - A book on adolesence health care **Hudug Hadivayassige Bandaaga & Huduga Hadivayassige Bandaaga** in a dramatised form by Mr. Anith Kulkarni & Smt. Charusheela Jaikar in Marathi is translated into Kannada b Sri.M.N. Dixit & Published by Dr. P.S. Shankar Pratishthan, "Deepti Behind District Court, Gulbarga

First Edition Dec.-2003

Pages : VIII+80

Price : Rs 40/-

ಮೊದಲ ಮುದ್ರಣ : ಡಿಸೆಂಬರ್ – 2003

ಪುಟಗಳು : VIII+80

ಬೆಲೆ ರೂ.40/–

ಅಕ್ಷರ ಜೋಡಣೆ : ನಿಧಿ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್, ಗುಲಬರ್ಗಾ. ದೂ.: 450913

ಮುದ್ರಣ : ಆರ್. ಕೆ. ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್, ಹೈದ್ರಾಬಾದ

ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ವಿಳಾಸ:

ಎಸ್.ಎಸ್.ಹಿರೇಮಠ

ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕಾಶಕ

ಡಾ.ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ

ನಂ. 425, ತಿಲಕ ನಗರ, ಕುಸನೂರ ರಸ್ತೆ

ಗುಲಬರ್ಗಾ–585 105 ದೂರವಾಣಿ : 08472–446384

ಮೊಬೈಲ್:08472–356222

ಪ್ರಕಾಶಕರ ನುಡಿ

ಡಾ.ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ನಾಲ್ಕನೆಯ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮರಾಠಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಪರಿಷತ್ತು ಮರಾಠಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ, ಶರೀರ ವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಬಂಧಿತ 'ಹುಡುಗಿ ಹದಿವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಹಾಗೂ ಹುಡುಗ ಹದಿವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ' ಕೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ 11ನೇ ಕೃತಿಯಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿ, ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನ ಸಹೃದಯ ಓದುಗರಿಗೆ ಒದಗಿಸುತ್ತಿರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಸಂಗತಿ.

ಇವತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರದಾದ್ಯಂತ ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಹಾಗೂ ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಒಂದು ಮಹತ್ತರ ಅಂಶ –'ಹದಿಹರೆಯದವರ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಳಜಿ'. ಅವರೆಲ್ಲರನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾವಂತ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಹೆಚ್.ಐ.ವಿ./ಏಡ್ಸ್ ನಂತಹ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಸೋಂಕನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ತಡೆಗಟ್ಟಲು,ಯಾವುದೇ ಅಸಂಗತ–ಅಪ್ರಬುದ್ಧ ಕಲ್ಪನೆ ಅಥವಾ ಭ್ರಮೆಗಳ ಆಧೀನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದಿರಲು; ಹಾಗೂ ಸಮಸ್ತ ಯುವ ಪೀಳಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಲೈಂಗಿಕ ಬದುಕನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಕಳಕಳಿಯಿಂದ ಮರಾಠಿ ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಬಂದ ಈ ಕೃತಿಯನ್ನು ಕನ್ನಡದ ಸಹೃದಯ ಹದಿ–ಹರೆಯದ ಓದುಗರಿಗೆ ಒದಗಿಸಿಕೊಡಬೇಕೆಂಬ ತೀವ್ರ ಕಾಳಜಿಯಿಂದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ ಈ ಕಿರು ಹೊತ್ತಿಗೆಯನ್ನು ಹೊರ ತರುತ್ತಿದೆ.ಆಹ್ಲಾದಕರ ಕೌಟುಂಬಿಕ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ, ಅದೂ ಮಾತುಕತೆ ರೂಪದಲ್ಲಿ, ಗಹನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರಿಭಾಷೆಯನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ತಿಳಿಗನ್ನಡದಲ್ಲಿ ರೂಪಾಂತರಿಸಿರುವ ಶ್ರೀ ಎಂ.ಎನ್.ದೀಕ್ಷಿತ್ ಅವರ ಪರಿಶ್ರಮ ಅಭಿನಂದನಾರ್ಹ.

ಮುಂಬೈ ನೆಲೆಯ ಮರಾಠಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಪರಿಷತ್ತು ಈ ಕೃತಿಯನ್ನು ಮರಾಠಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದೆ. ಈ ಕೃತಿ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಜನಪ್ರಿಯ ವಿಜ್ಞಾನದ ಭಾಗವಾಗಿ ತುಂಬಾ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಪಡೆದಿದೆ.

ಸ್ವಚ್ಛಂದ ಬಾಲ್ಯತನ ಅನುಭವಿಸಿ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯ ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಗೆ ಕಾಲಿಡುವ ಮಧ್ಯದ 8–10 ವರ್ಷಗಳ ಹದಿ ವಯಸ್ಸು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮತ್ತು ಸಂಕೀರ್ಣ. ಈ ಸಂಕ್ರಮಣ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಎರಡನೆ ಹಂತದ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟ ಹಾಗೂ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಪ್ರತಿಯೋರ್ವ ಹುಡುಗ–ಹುಡುಗಿಗೆ ಇರಲೇಬೇಕು. ಈ ವಿಪುಲ ಮಾಹಿತಿ ಈ ಕೃತಿಯಲ್ಲಿದೆ.

ಚಿತ್ರವೊಂದು ಸಾವಿರ ಪದಕ್ಕೆ ಸಮ ಎನ್ನುವ ಮಾತು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ. ಹದಿಹರೆಯದ ಹುಡುಗ–ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕುರಿತಾಗಿ ಸ್ಪಷ್ಟ ಮತ್ತು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ಕೊಡುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಕೆಲವು ಅಗತ್ಯ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಸಂದರ್ಭಕ್ಕಾನುಸಾರವಾಗಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಒಂದು ವಿಧದಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ಸಚಿತ್ರ ಶರೀರ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪುಸ್ತಿಕೆ.

ಮರಾಠಿ ಮೂಲದಲ್ಲಿನ ಈ ಕೃತಿಯ ಲೇಖಕರು ಶ್ರೀ ಅನಿತ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಮತಿ ಚಾರುಶೀಲಾ ಜುಯಿಕರ್. ಅವರ ನಿರೂಪಣಾ ಕೌಶಲ್ಯ ಅನುಕರಣೀಯ. ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು.

ನಾಟಕ ರೂಪದಲ್ಲಿನ ಈ ಕೃತಿಯನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದಿಂದ ಪ್ರಕಟಿಸಲು ಅತ್ಯಂತ ಹರುಷ ಹಾಗೂ ಸದಭಿಮಾನದಿಂದ ಅನುಮತಿ ನೀಡಿದ ಮರಾಠಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಪರಿಷತ್ತಿನ ಗೌರವ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಶ್ರೀ ಎ.ಪಿ.ದೇಶಪಾಂಡೆ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ ಋಣಿಯಾಗಿದೆ.

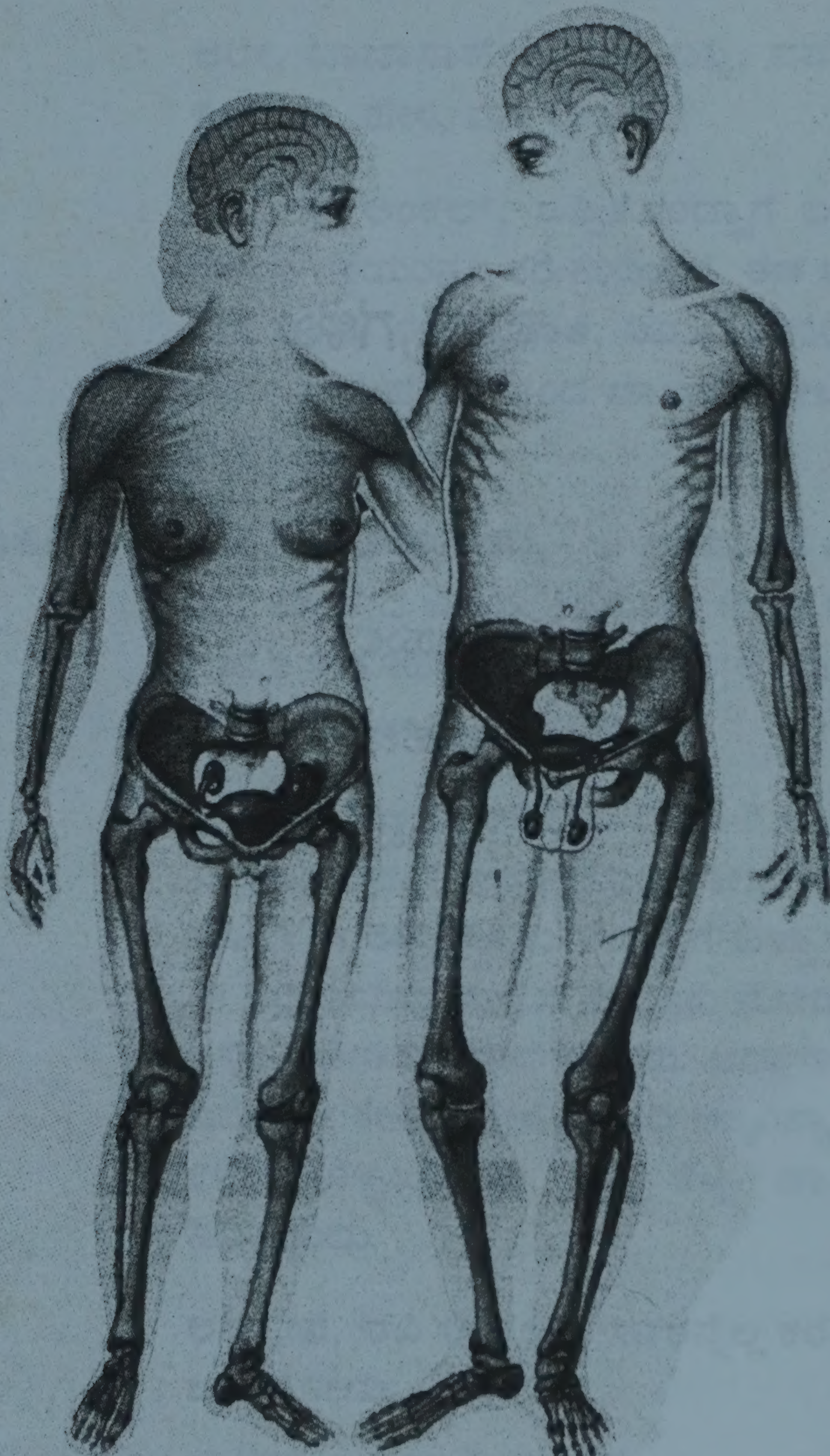
ಈ ಕೃತಿಯ ಅಕ್ಷರ ಜೋಡಣೆಯ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಿದ ಗುಲ್ಬರ್ಗಾದ ನಿಧಿ ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್ ಮತ್ತು ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿದ ಡಿ.ವ್ಹಿ.ಕುಲಕರ್ಣಿ ಮತ್ತು ಅಂದವಾಗಿ ಮುದ್ರಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಹೈದ್ರಾಬಾದ್‌ನ ಆರ್.ಕೆ. ಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ನೆನಹುಗಳು. ಹಾಗೆಯೇ, ಈ ಪುಸ್ತಿಕೆಯ ಒಟ್ಟಂದಕ್ಕೆ ನೆರವು ನೀಡಿದ ಬಸವರಾಜ ಸಗರ, ಶ್ರೀಶೈಲ ಘೂಳಿ, ಡಾ. ಆರ್.ವೆಂಕಟರೆಡ್ಡಿ ಮತ್ತು ಡಾ. ಮಹಾನಂದಾ ಮೇಳಕುಂದಿ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

ಕಿರು ನಾಟಕ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ ಈ ಶರೀರ ವಿಜ್ಞಾನದ ಎರಡೂ ಪ್ರಸಂಗಗಳನ್ನು ಶಾಲಾ–ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿನಯಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ತನ್ಮೂಲಕ ಹದಿಹರೆಯದವರ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಳಜಿ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ವ್ಯಾಪಕ ಅಭಿಯಾನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಬಳಸಿರುವ ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಆಯಾಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಶೈಲಿಗೆ ಒಗ್ಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ವಿಹಿತ. ಆದಷ್ಟು ತಜ್ಞರ ನಿರ್ದೇಶನದಲ್ಲಿಯೇ ಈ ಕಿರು ನಾಟಕಗಳನ್ನು ಅಭಿನಯಿಸಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿ.

ಆದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಸಹೃದಯ ಓದುಗರಿಗೆ ತಲುಪಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕೆ ಕನ್ನಡ ಓದುಗರು ಸಕರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸುವಿರೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇವೆ.

– ಅಂಬಿಕಾ ಶಂಕರ

– ಎಸ್.ಎಸ್.ಹಿರೇಮಠ



ಹುಡುಗ ಹದಿವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ

ಪಾತ್ರಗಳು

ಡಾ. ರವಿ

ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ

ರಾಹುಲ

ಮಹೇಶ

ಬಂಟಿ

ಪ್ರಕಾಶ

ದೃಶ್ಯ : 1

ಸ್ಥಳ : ರವಿ ಅವರ ಕನ್ಸಲ್ಟಿಂಗ ರೂಂ

ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ : ನಮಸ್ಕಾರ ಡಾಕ್ಟ್ರೇ

ಡಾ. ರವಿ : ಅರೇ, ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ, ಬನ್ನಿ ಬನ್ನಿ, ನಮಸ್ಕಾರ, ಕೂತ್ಕೊಳ್ಳಿ, ಹೇಳಿ, ಏನು ವಿಷಯ ?

ರಾಹುಲ : ಡಾ. ರವಿ ಅಂಕಲ್, ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡ್ಹಾಗೆ ಬಂದೀನಿ. ಅಲ್ಲದೇ ಗೆಳೆಯರನ್ನೂ ಕರೆ ತಂದಿದ್ದೇನೆ. ಈತ **ಮಹೇಶ,** ಈತ **ಬಂಟಿ,** ಈತ **ಪ್ರಕಾಶ,** ನಿಮಗೆ ಸಮಯ ಇದೆ ತಾನೇ ? ಮಹೇಶನ ತಂದೆ **ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ** ಕೂಡ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ : ಡಾಕ್ಟ್ರೇ, ಮಹೇಶ, ನೀವು– ಈ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಶರೀರದ ಬಗ್ಗೆ ಮಹತ್ವದ ವಿಷಯ ತಿಳಿಸುತ್ತೀರಿ ಅಂತಾ ಹೇಳಿದ. ನಾನೂ ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಕೇಳೋಣ ಅಂತಾ ಬಂದೆ. ನಿಮಗೇನೂ ಅಭ್ಯಂತರವಿಲ್ಲ ತಾನೆ.

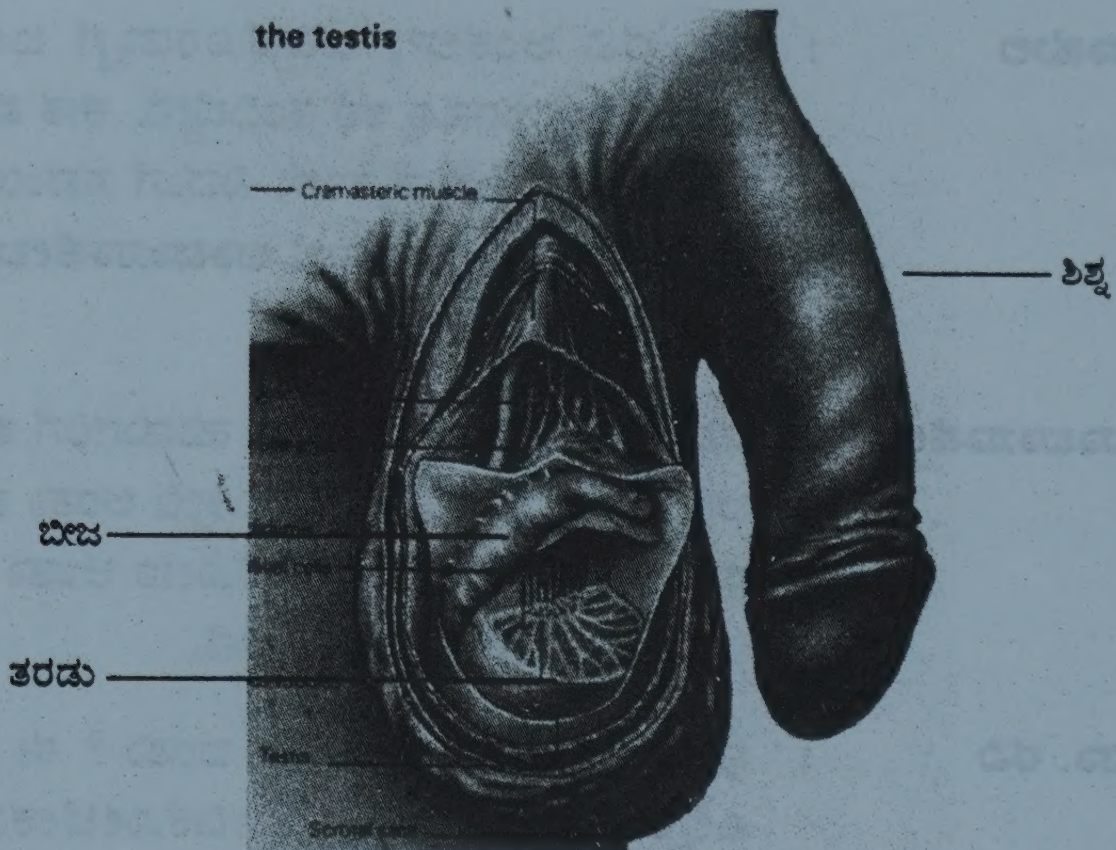
ಡಾ. ರವಿ : ಛೇ ! ಛೇ ! ಅಭ್ಯಂತರ ಏನು ಬಂತು ? ಈ ವಿಷಯ ಎಲ್ಲರೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೋಬೇಕು. ಈಗ ನೋಡಿ ಈ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳು ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬರ್‍ತಾ ಇದ್ದಾರೆ. ಈ ಹದಿ ವಯಸ್ಸು ತುಂಬಾ ನಾಜೂಕು ನೋಡಿ. ಇದೇ ಒಳ್ಳೇ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಸಮಯ. ಅದು ಇಲ್ಲಾಂದ್ರೆ ಏನೇನೋ ಕೇಳಿ. ಏನೇನೋ ಓದಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಇಲ್ಲ ಕೆಟ್ಟ ಹಾದೀನೂ ಹಿಡಿಬಹುದು.

ರಾಹುಲ : ಅದಕ್ಕೇನೆ, ರವಿ ಅಂಕಲ್, ಇವರನ್ನೆಲ್ಲ ಕರ್‍ಕೊಂಡು ಬಂದಿರೋದು.

ಡಾ. ರವಿ : ಒಳ್ಳೇ ಕೆಲ್ಸ ಮಾಡಿದಿ ಕಣೊ. ಒಂದು ವಿಚಾರ ನಾನು ಡಾಕ್ಟರ ಆಗಿದ್ರೂ, ರಾಹುಲನ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪ ಆದ ಹಾಗೆ, ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪಾನೇ. ಕಾರಣ ಮನಸ್ಸು ಬಿಚ್ಚಿ ಮಾತಾಡಬೇಕು. ಯಾವ ಮುಜುಗರಾನೂ ಕೂಡದು. ನಾಚದೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದ ವಿಚಾರ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕೇಳಿ, ಇನ್ನು

ವಿಷಯಾನೇ ತೊಗೊಳ್ಳೋಣ.

ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ : ಸರಿ, ನನಗೆ ತಿಳಿದಹಾಗೆ ನಾನೇ ಶುರುಮಾಡ್ತೇನೆ. ಡಾಕ್ಟ್ರೇ ನಿಮಗೆಲ್ಲ ಪರಿಚಯವಿದ್ದ ಹಾಗೆ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಶ್ವಾಸಕ್ರಿಯೆ, ಮಿದುಳಿನ ಕಾರ್ಯ, ರಕ್ತಾಭಿಸರಣದಂತಹ ಮಹತ್ವದ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ



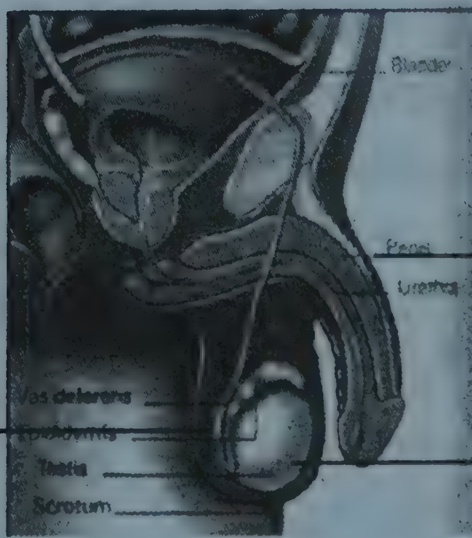
ಪ್ರಜನನ ಕಾರ್ಯ ಅತಿ ಮಹತ್ವದ್ದು. ವಂಶವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಜನನ ಕಾರ್ಯದ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣ. ಕಾರಣ ಈ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಪರಿಚಯ ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯ.

ಡಾ. ರವಿ : ಹೌದು, ಈ ಚಿತ್ರ ನೋಡಿ. ''ಬೀಜ'' ಎಂದರೆ ತರಡು ಬೀಜ ಮತ್ತು ''ಶಿಶ್ನ'' ಎಂದರೆ ಲಿಂಗ. ಈ ಭಾಗಗಳು ಶರೀರದ ಹೊರಗೆ ಇರುತ್ತವೆ.

ಮಹೇಶ : ಅಂಕಲ್ ಈ ಅವಯವಗಳು ಶರೀರದ ಹೊರಗೆ ಏಕೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಮಹೇಶ, ನಿಸರ್ಗದಲ್ಲಿ ಯಾವ ವಸ್ತುವೂ ಕಾರಣ ರಹಿತವಾಗಿ ಇರದು. ತರಡು ಬೀಜ ಶರೀರದ ಹೊರಗಿರುವ ಕೋಶ. ಅದು ತರಡಿನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಕಾರಣ ಏನೊಂದ್ರೆ, ತರಡು ಬೀಜದ ಕಾರ್ಯ

ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗಬೇಕಾದ್ರೆ, ಅದರ ಉಷ್ಣತಾಮಾನ ಶರೀರದ ಉಷ್ಣತಾಮಾನಕ್ಕಿಂತ 1 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆಲ್ಸಿಯಸ್



ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದಾಗ ಸಾಧ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದರ ಸ್ಥಾನ ಶರೀರದ ಬಾಹ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ತಾನೇ ?

ಮಹೇಶ : ಅಂಕಲ್ ! ಈ ತರಡು ಬೀಜ, ಕೋಶದಲ್ಲೇ ಏಕೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಇದು ನೋಡು, ಶಿಶ್ನದ ಹಿಂದುಗಡೆ ತೂಗುತ್ತಿರುವ ಜೋಳಿಗೆಯು ತರಡು. ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಎರಡು ಚೀಲಗಳಲ್ಲಿ ಎಡ, ಬಲ ತರಡು ಬೀಜಗಳು ಕಾರ್ಯನಿರತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಎರಡು ಚೀಲಗಳು ಸಮನಾಗಿರದೆ, ಒಂದು ಹೆಚ್ಚು ಒಂದು ಕಮ್ಮಿಯಾಗಿ ಇಳಿಬಿದ್ದಿರುತ್ತವೆ.

ತರಡು ಬೀಜದಲ್ಲಿ ''ಟೆಸ್ಟೋಸ್ಟಿರೋನ್'' ಎಂಬ ರಸದೂತ ತಯಾರಾದಂತೆ, ''ಶುಕ್ರಾಣು'' ಅಂದರೆ ಪುರುಷ ಬೀಜ ಅಥವಾ ವೀರ್ಯಾಣು ಕೂಡಾ ಅಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದಲೇ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕೂಡ ಶುರುವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದೇ ''ಹುಡುಗ ಹದಿ ವಯಸ್ಸಿಗೆ'' ಬರುವುದು ಅಂತಾ.

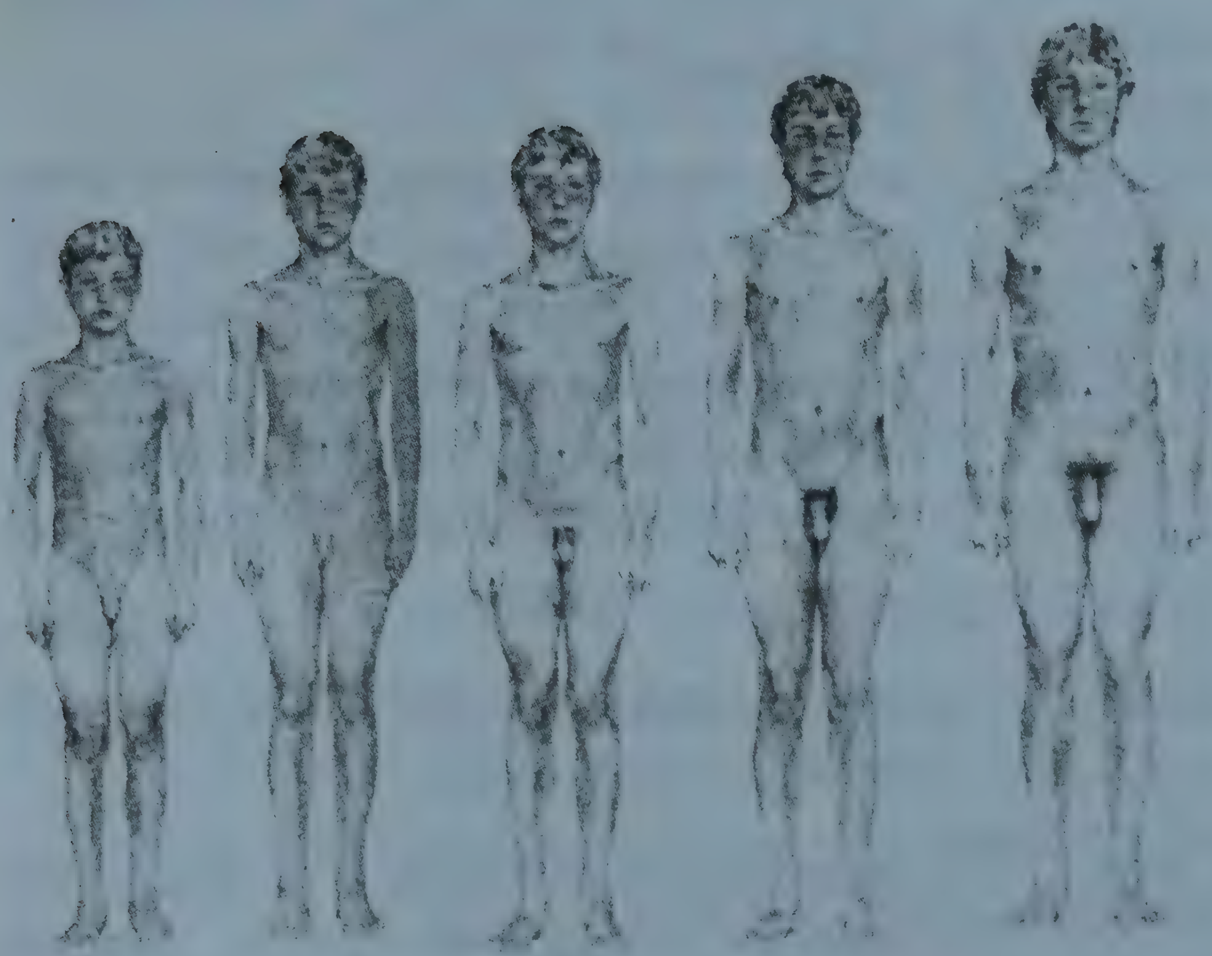
ಮಹೇಶ : ಅಂಕಲ್, ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಂತೆ ಏನೇನು ಬದಲಾವಣೆ ಆಗುತ್ತೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಹುಡುಗರಲ್ಲಿ 12ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದ ಶಾರೀರಿಕ ಬದಲಾವಣೆ ಶುರುವಾಗುತ್ತೆ, ಮಿದುಳಿನ

ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ''ಪಿಟ್ಯುಟರಿ'' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಗ್ರಂಥಿಯಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಜನನಾಂಗ ಪ್ರಚೋದಕ ರಸದೂತಗಳು ಉತ್ಪನ್ನವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ರಸದೂತಗಳಿಂದಲೇ ''ಟೆಸ್ಟೋಸ್ಟಿರೋನ'' ಎಂಬ ರಸದೂತ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಟೆಸ್ಟೋಸ್ಟೀರೋನ ದಿಂದಲೇನೆ ತರಡು ಬೀಜದಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಬೀಜ ಅಂದರೆ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ನಿರ್ಮಿತಿ ಆಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಆದಂತೆ ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಅನೇಕ ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳೂ ಆಗುತ್ತವೆ. ಹಾಂ ! ಅಂದ್ಹಾಗೆ ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾವವು ? ಹೇಳಿ ನೋಡುವ !

ರಾಹುಲ : ಎತ್ತರ ಹೆಚ್ಚುವದು, ಧ್ವನಿ ಒಡೆಯುವುದು, ದಾಡಿ–ಮೀಸೆ ಬರಲು ಶುರುವಾಗುವುದು. ಇವೇ ತಾನೇ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಹೌದು ! ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಕುತ್ತಿಗೆ, ಎದೆ ಅಗಲವಾಗುತ್ತದೆ. ತೋಳು, ತೊಡೆಗಳು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಮೊಡವೆ ಬರಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅವಯವಗಳ ಸ್ನಾಯುಗಳು

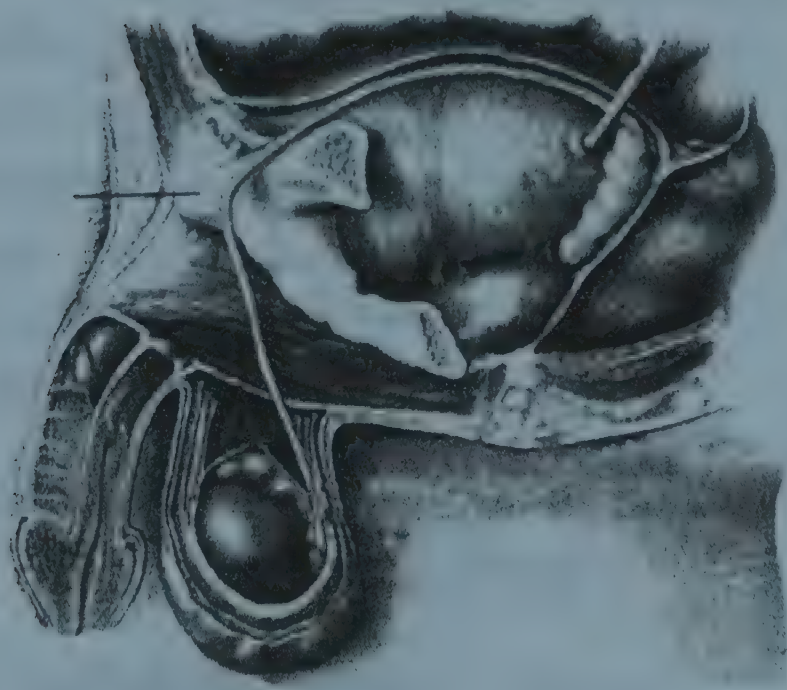


ಬಲವಾಗಿ, ಶರೀರಕ್ಕೊಂದು ಕಟ್ಟು ಬರುತ್ತದೆ. ಕಂಕುಳು ಮತ್ತು ಜನನಾಂಗ ಭಾಗದ ಸುತ್ತ ಕೂದಲು ಬೆಳೆಯಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಜನನಾಂಗಗಳೂ ಬಲವಾಗುತ್ತವೆ. ಒಂದೊಂದು ಸಲ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲೇ ವೀರ್ಯ ಸ್ಖಲನವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆಲ್ಲ ಆಗೋದ್ರಿಂದೇನೇ ಹುಡುಗ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದ ಅಥವಾ ಗಂಡಸಾದ ಅಂತ. ಈಗ ಈ ಚಿತ್ರ ನೋಡಿ.

ಇದು 12 ವರ್ಷದ ಹುಡುಗನ ಚಿತ್ರ. ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಇನ್ನೂ ವಿಕಾಸ ಆಗಬೇಕಾದದ್ದು.ಇದು 14 ವರ್ಷದ ಹುಡುಗನ ಚಿತ್ರ. ಇದರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯ ಚಿನ್ಹೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಕಾಣಬಹುದು. ಈತನಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ಇದು 18 ವರ್ಷದ ಯುವಕನ ಚಿತ್ರ. ಇದರಲ್ಲಿ ಈತನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ.ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ 18 ವರ್ಷದವರೆಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಾಬಾ : ಡಾಕ್ಟ್ರೇ, ಶಾರೀರಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯ ಜೊತೆ ಮಾನಸಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯೂ ಆಗುತ್ತೆ ಅಂದಿರಲ್ಲ, ಅದು ಏನೇನು ಅಂಬೋದನ್ನ ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಸ್ತೀರಾ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಅದನ್ನೇ ಹೇಳೋಣಾ ಅಂತಿದ್ದೆ. ನೀವು ನೆನಪು ಮಾಡಿದ್ದು ಒಳ್ಳೇದಾಯ್ತು, ಈ ವಿಷಯವನ್ನ, ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಟಾಗೊರರು ತಮ್ಮ 'ಮನೆಗೆ



ಮರಳುವ' ಕಥೆಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಹೃದ್ಯವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಶಾರೀರಕ ಬದಲಾವಣೆ ಶುರುವಾದಂತೆ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಾವೂ ದೊಡ್ಡವರಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬರಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ತನ್ನ ತಂದೆ ಮತ್ತು ಹಿರಿಯ ಅಣ್ಣನಂತೆ ತಾನೂ ಸ್ವತಂತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬೇರು ಬಿಡಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಭ್ಯಾಸ, ಆಟ, ಮತ್ತಿತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಹೆಚ್ಚಳಿಕೆ ದಾಢಸಿತನ, ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತಲೂ ಬೇರೆ ಏನಾದರೂ ಸರಿ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಮೂಡಿಬರುತ್ತದೆ. ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಪ್ರಯೋಗಶೀಲತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ಎಷ್ಟೋಸಲ, ಯಾವಾಗಲೂ ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಎನಿಸುವ ಮಾತು, ತುಂಬಾ ಗಹನ, ಮಹತ್ವದ್ದು ಅಂತಾ ಅನಿಸತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ತುಂಬಾ ಭಾವನಾ ಪ್ರಧಾನರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹಗಲುಗನಸು ಕಾಣುವ ಸಮಯ ಇದೇ. ಹುಡುಗಿಯರ ಬಗ್ಗೆ. ಶರೀರ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ಕುತೂಹಲ ಹುಟ್ಟಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಹೇಶ : ತರಡು ಬೀಜ 'ವೀರ್ಯಾಣು', ತಯಾರಿಸುತ್ತೆ ಎಂದ್ರೆಲ್ಲಾ ಅದು ಹೇಗೆ?

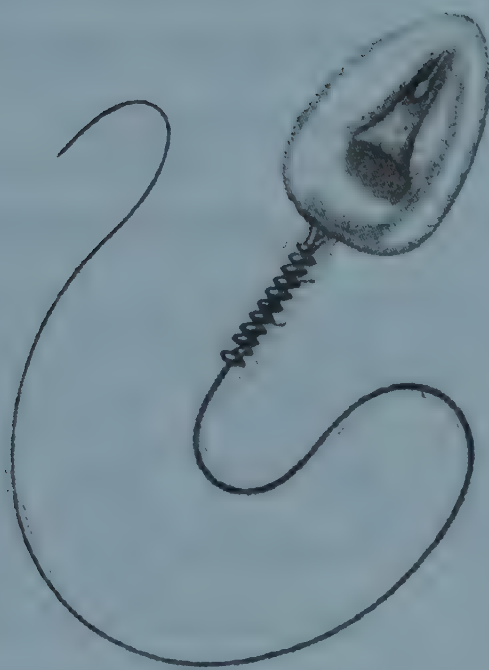
ಡಾ. ರವಿ : ಪುರುಷ ಬೀಜಕ್ಕೆ ವೀರ್ಯಾಣು, ಶುಕ್ರಾಣು, ಶುಕ್ರಬೀಜ ಅಂತಾ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹೆಸರುಗಳಿವೆ. ತರಡು ಬೀಜದಲ್ಲಿ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ನಲಿಕೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲೇ ಪುರುಷ ಬೀಜ ತಯಾರಾಗೋದು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಅಧಿವೃಷಣ ಎಂಬ ಊದಿಕೊಂಡ ವೃಷಣದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬಂದಾಗಲೇನೆ, ಪುರುಷ ಬೀಜದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಆಗೋದು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಅವುಗಳ ಪ್ರವಾಸ ಬೀಜ ವಾಹಕ ನಲಿಕೆಯ ಮೂಲಕವೇ.

ರಾಹುಲ : ಈ ಪುರುಷ ಬೀಜಗಳನ್ನು ನಾವು ಸಹಜವಾಗಿ ನೋಡಬಹುದೇ?

ಡಾ. ರವಿ : ಛೇ ! ಛೇ ! ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಅವು ತುಂಬಾ

ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮದರ್ಶಕದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಅವುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಗಣಿತ.

ಈ ಚಿತ್ರ ಸೂಕ್ಷ್ಮದರ್ಶಕದಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಬೀಜಾಣು.



ಈ ಗೋಲಾಕಾರ ಅದರ ''ತಲೆ''. ಎಳೆಯಂತೆ ಕಾಣುವುದು ಅದರ ''ಬಾಲ''. ಬಾಲ ಅಲುಗಾಡುತ್ತಲೇ ಅದರ ಪ್ರವಾಸ.

ಇನ್ನು ಈ ಚಿತ್ರ ನೋಡಿ. ಇವು ಮೂರು ಮಹತ್ವದ ಗ್ರಂಥಿಗಳು. ಇದು ''ಶುಕ್ಲ ಗ್ರಂಥಿ'' (ಪ್ರಾಸ್ಟೇಟಗ್ಲ್ಯಾಂಡ)

ಇದು ''ಕೌಪರ ಗ್ರಂಥಿ'' ಮತ್ತು ಇದು ''ವೀರ್ಯಕೋಶ''. ಶುಕ್ಲ ಗ್ರಂಥಿ ಮತ್ತು ವೀರ್ಯ ಕೋಶ ಒಸರುವ ದ್ರವದೊಡನೆ ವೀರ್ಯಾಣು ಕೂಡಿಕೊಂಡಾಗ ''ವೀರ್ಯ'' ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ವೀರ್ಯ ತಯಾರಾಗುವುದು ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ, ''ವೀರ್ಯ ಕೋಶ'' ಒಸರುವ ದ್ರವ ಪುರುಷ ಬೀಜಗಳಿಗೆ ಪೋಷಣೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ''ಶುಕ್ಲ ಗ್ರಂಥಿ''ಯ ಒಸರಿಕೆ ಈ ಬೀಜಗಳಿಗೆ ಗತಿಮಾನ

ದೊರಕಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತವೆ. ಈ ವೀರ್ಯ ತಯಾರಾಗುವ ಮೊದಲು ಮೂತ್ರ ನಲಿಕೆಯನ್ನು ತೊಳೆದು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸ ''ಕೌಪರ ಗ್ರಂಥಿ''ಯು ಸ್ರಾವದ ಮೂಲಕವೇ. ಈ ಸ್ರಾವದಿಂದಲೇ ''ಶಿಶ್ನದ ತುದಿ'' ಒದ್ದೆ ಆಗುತ್ತೆ ಮತ್ತು ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಈ ಸ್ರಾವ ಗಾಲಿಯ ''ಹೆರೆ''ಯಂತೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾರಣ ಸಂಭೋಗ ವೇದನಾ ರಹಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ತಯಾರಾದ ವೀರ್ಯ ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಿಂದ ಹೊರಬೀಳುತ್ತದೆ.

ರಾಹುಲ : ಓ! ಅದಕ್ಕೇನೇ ಉಚ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯ ಹೋಗುವದು?

ಡಾ. ರವಿ : ಅಲ್ಲ, ಅಲ್ಲ ಕಣೋ. ವೀರ್ಯ ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಂದಂತೇ ಉಚ್ಚಿಯ ಮಾರ್ಗ ಬಂದ ಆಗುತ್ತೆ, ಅದರಂತೆ ಉಚ್ಚಿ ಆಗುವಾಗ ವೀರ್ಯನಲಿಕೆ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇನೆ ವೀರ್ಯ ಎಂದೂ ಉಚ್ಚಿಯೊಡನೆ ಕೂಡಿ ಹೊರ ಬರುವದಿಲ್ಲ.

ಬಂಟಿ : ರವಿ ಅಂಕಲ್, ''ಶಿಶ್ನ'' ರಚನೆ ಹೇಗಿದೆ, ಅದರ ಕಾರ್ಯ ಹೇಗೆಲ್ಲ ನಡೆಯುತ್ತೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಹೇಳ್ತಿರಾ?

ಡಾ. ರವಿ : ಅದೇ ಹೇಳಬೇಕೂ ಅಂತಿದ್ದೆ. ನೀನು ಕೇಳಿದ್ದು ಒಳ್ಳೇದಾಯ್ತು. ಈ ಚಿತ್ರ ಶಿಶ್ನದ್ದು. ಜಘನ ಅಸ್ಥಿಯ ಕೆಳಗೆ ಇದು ತೂಗಿದೆ. ಇದು ಪುರುಷನ ಪ್ರಜನನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮುಖ್ಯ ಅವಯವ. ಇದರ, ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪನಾಗಿರುವ, ಮುಂಭಾಗಕ್ಕೆ ''ಶಿಶ್ನ ಮುಂಡಿ'' ಅಥವಾ''ಶಿಶ್ನ ಶಿರ'' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಶಿಶ್ನಶಿರವನ್ನು ಆವರಿಸುವ ಚರ್ಮದ ಆವರಣ, ಶಿಶ್ನ ಶಿರದ ಕೆಳಗಿನ ಕಚ್ಚಿನವರೆಗೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಸರಿಯಬೇಕು. ಕಾರಣ ಈ ಆವರಣದ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ತರಹದ ದ್ರವ ಒಸರುತ್ತೆ, ಅದಕ್ಕೆ ''ಶಿಶ್ನಮಲ'' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಸ್ನಾನಮಾಡುವಾಗ ಪ್ರತಿದಿನ ತೊಳೆಯಲೇಬೇಕು. ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಕ್ರಿಮಿ ಸಂಸರ್ಗವಾಗಿ ಕೊಳೆತು ದುರ್ಗಂಧ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮಹೇಶ	:	ಈ ''ಚರ್ಮ ಆವರಣ'' ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಸರಿಯದಿದ್ದರೆ ?
ಡಾ. ರವಿ	:	ಹೀಗೆ ಸರಿಯದಿರುವುದಕ್ಕೆ ''ಫೈಮೊಸಿಸ್'' ಅಂತಾ ವೈದ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಶಿಶ್ನ ರಚನೆಯ ಒಂದು ದೋಷ.
ಬಾಬಾ	:	ಓ, ಹೀಗೇನೆ! ಒಂದೊಂದು ಸಲ ಈ ಚರ್ಮವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆಯುತ್ತಾರಂತೆ? ಅದಕ್ಕೇ ''ಸುಂತಿ ಮಾಡುವದು'' ಅಂತಾರೆ ತಾನೆ?
ಡಾ. ರವಿ	:	ಹಾಂ! ಹೌದು ಕೆಲ ಸಮಾಜಗಳಲ್ಲಿ 'ಸುಂತಿ ಮಾಡುವುದು' ಒಂದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಂಸ್ಕಾರ. ಆದರೆ ಚರ್ಮ ಹಿಂದೆ ಸರಿಯದಿದ್ದರೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಉಪಾಯ ಅಂತ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಮಾಡಿ ಸುಂತಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈಚಿನ ಸಂಶೋಧನದಿಂದ ಸುಂತಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡ ಜನರಲ್ಲಿ ''ಶಿಶ್ನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ''ನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಮ್ಮಿ ಅಂತಾ ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ.
ರಾಹುಲ	:	ಡಾಕ್ಟರ್ ಅಂಕಲ್, ಏನೂಂದ್ರೆ.... ಶಿಶ್ನ ....
ಡಾ. ರವಿ	:	ನಾಚ್ಕೋಬೇಡ, ಕೇಳು, ಹೂಂ ..... ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕೇಳು.
ರಾಹುಲ	:	ಶಿಶ್ನ ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತೆ? ಅದು ಸೆಟೆದಾಗ ಇಷ್ಟು ಉದ್ದವಾದರೂ ಆಗಲೇಬೇಕು ಅಂತಾ ಇದೆಯೇ?
ಡಾ. ರವಿ	:	ಛೇ! ಛೇ! ಹಾಗೆಲ್ಲ ಏನೂ ಇಲ್ಲ ಕಣೋ ''ವ್ಯಕ್ತಿ ಇದ್ದಷ್ಟು ಪ್ರಕೃತಿಯಪ್ಪಾ'' ಇದು ನೋಡು ಇದು ಶಿಶ್ನದ ಅಡ್ಡಾಗಿ ಕೊರೆದ ಭಾಗ. ಇದರಲ್ಲಿ ಸ್ಪಂಜಿನಂತೆ ಕಾಣುವ ಮೂರು ಪೊಳ್ಳಾದ ನಲಿಕೆಗಳಿವೆ. ಕಾಣಿಸುತ್ತಾ? ಈ ನಲಿಕೆಗಳ ಸುತ್ತ ಆವರಣವಿದೆ. ಆವರಣವನ್ನು ಚರ್ಮ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡಿದೆ. ಮಿದುಳಿನಿಂದ ಲೈಂಗಿಕ ಉತ್ತೇಜನದ ಆಜ್ಞೆ ಸಿಕ್ಕಿತೋ ಶಿಶ್ನಕ್ಕೆ ರಕ್ತಪೂರೈಸುವ ನಾಳಗಳು ತೆರೆಯುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಅಶುದ್ಧ ರಕ್ತ ವಾಹಕಗಳು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಶಿಶ್ನದ ಸ್ಪಂಜಿನಂತಿರುವ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಈ ರಕ್ತ

ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವದರಿಂದ ಶಿಶ್ನ ಸೆಟೆಯುತ್ತದೆ. ಶಿಶ್ನಶಿರ ಕೆಂಪಾಗುತ್ತದೆ. ನಾಡಿಯ ಬಡಿತ ವೇಗವಾಗುತ್ತೆ, ಮತ್ತು ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ತರಡುಬೀಜ ಮೇಲೆ ಸರಿಯುತ್ತೆ ಕಾಮ ತೃಪ್ತಿ ಆಗುವಾಗ ವೀರ್ಯ ಕೋಶ, ಶುಕ್ಲ ಗ್ರಂಥಿಗಳಿಂದ ಒಸರುವ ಸ್ರಾವ ಮತ್ತು ಪುರುಷ ಬೀಜ ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟುಗೂಡುತ್ತವೆ. ಆ ಮಿಶ್ರಣವೇ ವೀರ್ಯ. ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯ ತಯಾರಾದಂತೆ ಅಲ್ಲಿಯ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಆಕುಂಚನ ಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅದರಿಂದ ವೀರ್ಯ ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗ ದಲ್ಲಿ ಮುಂದಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ವೀರ್ಯ ಶಿಶ್ನದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಸಿಡಿದು ಬಂದಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ''ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನ'' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 20 ರಿಂದ 40 ಕೋಟಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಿರುತ್ತವೆ.

ರಾಹುಲ : ಅಂಕಲ್, ಶಿಶ್ನ ಆಕಾರಕ್ಕೂ ಪುರುಷತ್ವಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ ಅಂತೀರಾ, ಆದರೆ ಪೇಟೆಯಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಈ ಔಷಧಗಳು...?

ಡಾ. ರವಿ : ರಾಹುಲ ! ಪೇಟೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕುವ ಈ ಔಷಧಗಳಿಂದ ಏನೂ ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಶಿಶ್ನದ ಆಕಾರ, ಗಾತ್ರ, ಉದ್ದಳತೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಇರುತ್ತೆ, ಪುರುಷತ್ವ ಈ ಉದ್ದಳತೆ ಗಾತ್ರಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿಲ್ಲ, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ, ಕಾಮೋದ್ದೀಪನ, ಸಂಭೋಗ ಮತ್ತು ವೀರ್ಯ ವಿಸರ್ಜನೆ ಶಿಶ್ನದ ಕೆಲಸ. ಸೆಟೆದ ಶಿಶ್ನದ ಉದ್ದ ಎರಡು ಇಂಚಿದ್ದರೂ ಸಾಕು. ಶಿಶ್ನ ತುಂಬ ದೊಡ್ಡ ಗಾತ್ರವಾಗಿರಬೇಕು. ಸೆಟೆದಾಗ, ಕಾಟಕೋನದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಚಾರಗಳೆಲ್ಲ ಹುಚ್ಚು ವಿಚಾರಗಳು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಕೈ, ಕಾಲುಗಳ ಬೆರಳುಗಳು ಸಮಾನವಾಗಿರುವವೆ ? ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಭ್ರಮಾಯುಕ್ತ ತಪ್ಪು –ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಖೊಟ್ಟಿ ಔಷಧಗಳ ಜಾಲದಲ್ಲಿ ಬೀಳಬಾರದು.

ಪ್ರಕಾಶ : ಹಾಗಾದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ಶಕ್ತಿದಾಯಿ, ಬೆಳ್ಳಿಯ ವರ್ಖದಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿದಗುಳಿಗೆಗಳು, ಇಂಜಕ್ಷನ್, ಹಾರ್ಮೋನ ಗುಳಿಗೆಗಳು ಇವೆಲ್ಲ ಸುಳ್ಳೇನು ?

ಡಾ. ರವಿ : ಬರಿ ಸುಳ್ಳೇನು ? ಭಾರೀ ಸುಳ್ಳು. ನಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾನದ ಲಾಭ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ತಂತ್ರವಿದು. ಮನುಷ್ಯ ಎಷ್ಟು ಎತ್ತರವಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದು ಆತನ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳಿಂದ ಬಂದ ಗುಣ ಸೂತ್ರದಿಂದ ನಿರ್ಧಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಹುಟ್ಟಿದಾಗಲೇ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಬಾಹ್ಯ ಔಷಧ ಉಪಚಾರಗಳಿಂದ ಯಾವ ಬದಲೂ ಆಗದು. ಈ ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖ ಹೆಚ್ಚಳಿಕೆ ಕೂಡ ಹೀಗೇನೆ. ಗೊತ್ತಾಯ್ತೇ ಮಹೇಶ ?

ಮಹೇಶ : ವೀರ್ಯ ''ಅತ್ಯಂತ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದದ್ದು'' ಅಂತಾ ಒಂದು ಸಮಜೂತು ಇದೆ. ನೂರು ಹನಿರಕ್ತದಿಂದ ಒಂದು ಹನಿ ವೀರ್ಯ ತಯಾರಾಗುತ್ತೆ ಅಂತಾರೆ ನಿಜವೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಸುಳ್ಳು ! ಇದಕ್ಕೆ ಯಾವ ತಳಹದಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಜೊಲ್ಲು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣೀರುಗಳ ಮಹತ್ವವೇನು ? ಅಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವ ವೀರ್ಯದ್ದು. ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಬೀಜದ ಆಯುಷ್ಯ ಕೇವಲ 40 ದಿನ ಮಾತ್ರ. ಅದು ಹೊರಬೀಳದಿದ್ದರೆ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ವೀರ್ಯ ಹೊರಗೆ ಬರಲು ''ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನ' ವಾಗಲೇಬೇಕು. ಅದು ತಂತಾನೇ ಅಥವಾ ''ಮುಷ್ಟಿ ಮೈಥುನ'' ದಿಂದಲಾದರೂ ಹೊರ ಬೀಳುತ್ತದೆ.

ರಾಹುಲ : ಅರೆ, ಮುಷ್ಟಿ ಮೈಥುನ ಅತ್ಯಂತ ಕೆಟ್ಟ ಚಾಳಿ ಅಂತಾ ಅಂತಾರಲ್ಲ !

ಡಾ. ರವಿ : ನೋಡು, ರಾಹುಲ, ಅದು– **ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನ** – ಅತ್ಯಂತ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ. ಮುಷ್ಟಿ ಮೈಥುನ ಅಂದರೆ ತನ್ನೊಡನೆ ಮಾಡಿದ ಸಂಭೋಗ. ಅದರಲ್ಲಿ ಅನೈಸರ್ಗಿಕವಾದುದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ.

ರಾಹುಲ : ಆದರೆ,ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಬಹುತೇಕ ಜನರ ವಿಚಾರ ......

ಡಾ. ರವಿ : ಅದೇನಂದ್ರೆ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ ಕೆಲ ಬಂಧನಗಳಿವೆ. ಲಗ್ನಮಾಡಿಕೊಂಡ ಪತ್ನಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮಾನ್ಯ. ಹಾಗಾದರೆ

ಲಗ್ನವಾಗುತನಕ ಏನು ? ಅಥವಾ ಲಗ್ನವಾಗಲೇ ಇಲ್ಲ ಅಂದರೆ ? ಅಥವಾ ಪತ್ನಿ ದೂರ ತವರಿಗೆ ಹೋದರೆ ? ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಯುವಕರಿಗೆ ಸವಾಗವುದ ಒಂದೇ ಒಂದು ಪರ್ಯಾಯ ಎಂದರೆ ಕೇವಲ ಮುಷ್ಟಿ ಮೈಥುನ. ಇದರಿಂದ ಅಪಾಯಕ್ಕಿಂತಲೂ ಪ್ರಜನನ ಗ್ರಂಥಿಗಳನ್ನು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಿಡುವ ಮಹತ್ಕಾರ್ಯ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಯಾವುದೇ ಶಾರೀರಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಎಡೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ವಯಸ್ಸಿನ 17–18 ವರ್ಷದವರೆಗೆ ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ ಅಥವಾ ಮುಷ್ಟಿ ಮೈಥುನದಿಂದ ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನವಾಗದಿದ್ದರೆ ಡಾಕ್ಟರರ ಕಡೆಗೆ ಹೋಗಲೇಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗದೇ ಇರಬಹುದು, ಅಥವಾ ವೀರ್ಯವಾಹಿನಿಯಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಅಡೆತಡೆ ಇರಬೇಕು ಅಂತಾ ನಿದಾನವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಹಸ್ತ ಮೈಥುನ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಅಂಥ ತಿಳಿದುಕೋ.

ಮಹೇಶ : ಅಂಕಲ್, ಒಳ್ಳೇ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗಲೂ ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಹೇಗೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಆಗಲೇನೆ ಹೇಳಿದನಲ್ಲಪ್ಪಾ, ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಆಗುವ ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾದದ್ದು ಅಂತಾ. ಕೆಲವರು ಅದಕ್ಕೆ ''ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ'' ಅಂತಲೂ ಅನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದೊಂದು ದೋಷ, ರೋಗ ಅಂತಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ಭಾವನೆ ಇದೆ. ಆದರೆ ಅದು ದೋಷವಲ್ಲದ ಒಂದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ. ನಾವು ಮಲಗಿದ್ದಾಗೂ, ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗೂ – ಸ್ವಯಂಚಲಿತ ಮಜ್ಜಾವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಅಧಿಪತ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಎಂಟು ತಾಸಿನ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಟ 5 ಸಲವಾದರೂ ಪುರುಷರ ಶಿಶ್ನ ನೆಟ್ಟಗೆ ಏಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ವೀರ್ಯ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿದ್ದರೆ ನೆಟ್ಟಗಾದ ಶಿಶ್ನದಿಂದ ಅದು ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಮಹೇಶ : ಆದರೆ ಅಂಕಲ್, ಮುಗ್ಗಲ್ಲಾಪಿಸಿಗೆ, ಅಂಡರವೇರಗಳ ಮೇಲೆಲ್ಲ ಕಲೆ. ತುಂಬಾ ನಾಚಿಕೆ ಆಗುತ್ತೆ, ಈ ಕಲೆ ಕಾಣಬಾರದೂಂತ ಒಳಗೆ ಲಂಗೋಟಿ ಮೇಲೆ ಅಂಡರವೇರ, ಅದರ ಮೇಲೆ ಪ್ಯಾಂಟ ಅಂತಾ

ಅರಿವೆಗಳ ಮೇಲೆ ಅರಿವೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಇಷ್ಟು ''ಪ್ಯಾಕ್'' ಮಾಡ್ಕೊಳ್ಳೋದು ತಪ್ಪೇ ?

ಡಾ. ರವಿ : ನೋಡು ಮಹೇಶ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ 12 ತಿಂಗಳೂ ಸೆಕೆ. ಅಂತಹದರಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟು ಅರಿವೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ ಆಗೋದೇನು ? ತರಡಿನ ಉಷ್ಣತೆ ಶರೀರದ ಉಷ್ಣತೆಗಿಂತ ಒಂದು ಡಿಗ್ರಿ ಕಮ್ಮಿ ಇರಬೇಕು. ಈ ಅರಿವೆಗಳ ಮೂಲಕ ಉಷ್ಣತೆ ಹೆಚ್ಚುವುದು ತಾನೆ ? ಅಂದಮೇಲೆ ತರಡಿನ ಕೆಲಸ ಸರಿಯಾಗಿ ಆಗಲಾರದು. ಹೊರಗೆ ಪ್ಯಾಂಟ ಒಳಗೆ ಒಂದೇ ಅರಿವೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಡೊಗಳೆ ಪಾಯಜಮ, ಅಥವಾ ಲುಂಗಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಬರ್ಮುಡಾ ಪ್ಯಾಂಟಿನಂತಹ ಸಡಿಲಾದ ಪ್ಯಾಂಟ್, ಅಂತೂ ಸಡಿಲು ಸಡಿಲಾದ ಅರಿವೆಗಳನ್ನು ತೊಡಬೇಕು. ಅಂದರೇನೆ ಹವೆ ಆಡುತ್ತ ವೃಷಣಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ತಾಪಮಾನ ಸಾಧ್ಯ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಾಚಿಕೆ ಆಗೋ ಹಾಗೆ ಏನಿದೆ ? ಅದರಿಂದ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಯಾವ ತರಹದ ಅರಿವೆಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ ಎಂದು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿ ತೊಡುವುದು ತುಂಬಾ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಕಲೆಯಾದ ಅಂಡರವೇರ ಮತ್ತು ಮಗ್ಗಲ್ಲಾಚಿಗೆ ಸ್ವತಃ ಒಗೆದು ಸ್ವಚ್ಛಮಾಡಿ, ಉಳಿದ ಒಗೆಯುವ ಅರಿವೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಕಬೇಕು ಅಲ್ಲವೇನೋ ಮಹೇಶ ?

ಮಹೇಶ : ಹೌದು ಅಂಕಲ್, ನೀವು ಹೇಳುವುದು ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಆದರೆ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವಾಗ, ಆಟ ಆಡುವಾಗ ಯಾವ ತರಹದ ಅರಿವೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು ?

ಡಾ. ರವಿ : ಹಾಂ ! ಆ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಲಂಗೋಟಿ ಅಥವಾ ಆ ಆಟಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ಮಾಡಿದ ಗಟ್ಟಿ ಚಡ್ಡಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ ಬಿಗಿಯಾದ ಚಡ್ಡಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ತೊಡೆಯ ಸಂದುಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಬೆವರು ಬಂದು, ಹಸಿ ಹಿಡಿಯುವ ಕಾರಣ ''ಬೂಸಿ'' ನ ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷನ್ ಅಥವಾ ಸೋಂಕು ಆಗುತ್ತೆ ಆದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ತರಚಿಕೆ ಶುರುವಾಗುತ್ತೆ ಸರಿ ತಾನೇ ?

ಪ್ರಕಾಶ : ರವಿ ಅಂಕಲ್, ಮೊಡವೆ ಸಂಬಂಧಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೇಳಲ್ಲ. ತುಂಬಾ ಬೇಜಾರಾಗಿದೆ. ದಿನ ನಿತ್ಯ ಸ್ನಾನಮಾಡಿ, ಎರಡು ಮೂರು ಸಲನಾದರೂ ಮುಖ ತುಂಬಾ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ತೊಳೆದುಕೊಂಡರೂ. ಈ ಮೊಡವೆಯ ಪೀಡೆ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಈಗಲಂತೂ ಯಾರಾದರೂ ಹುಡುಗಿ ಎದುರಾದರೆ ಮುಖ ತಪ್ಪಿಸುವಂತೆ ಆಗುತ್ತೆ, ಯಾಕಪ್ಪಾ ಈ ಮೊಡವೆ ತೊಂದರೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಅದೇನಂದ್ರೆ, ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಂತೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ತಯಾರಾಗುವ ಅನೇಕ ರಸದೂತಗಳಿಂದಾಗಿ ಚರ್ಮದ ಕೆಳಗಿನ ಗ್ರಂಥಿಗಳು ಉತ್ತೇಜಿತವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಒಂದು ತರಹದ ಎಣ್ಣೆ ಪದಾರ್ಥ ಹೊರಬರುತ್ತದೆ. ಚರ್ಮದ ರಂಧ್ರ ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡರೆ, ಈ ಪದಾರ್ಥ ಚರ್ಮದ ಕೆಳಗೆ ಶೇಖರವಾಗಿ, ಚರ್ಮ ಊದಿ, ಹುಣ್ಣಿನ ಮೂಲಕ ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತೆ, ಇದೇ ಮೊಡವೆ. ಮೊಡವೆಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಉಗುರಿನಿಂದ ಒಡೆಯಬಾರದು. ಪ್ರತಿದಿನ ಮೂರು ನಾಲ್ಕುಸಲ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ನೀರಿನಿಂದ ಮುಖ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಮುಖ ಯಾವಾಗಲೂ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿರುವ ಕಾಳಜಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದಷ್ಟು ಪ್ರಸಾಧನಗಳ ಅಥವಾ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಕಗಳ ಉಪಯೋಗ ಮಾಡಕೂಡದು. ಅಲ್ಲದೇ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಗ್ಯ ಕಾಳಜಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಬಂಟಿ : ಯೋಗ್ಯ ಎಂದರೇನು ಅಂಕಲ್? ನನಗಂತೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಹಸಿವೆ !

ಡಾ. ರವಿ : ಸರಿ, ನಿಮ್ಮದು ಬೆಳೆಯುವ ದೇಹ. ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ತುಂಬಾ ಹಸಿವಾಗುವುದು ಸಹಜ. ಸಾಕಷ್ಟು ತಿನ್ನಿ. ಆದರೆ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯ ಅನ್ನ ಘಟಕಗಳಿವೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಲಕ್ಷದಲ್ಲಿಡಿ. ಏನು ರಾಹುಲ ?

ರಾಹುಲ : ಹೌದು ದಾದಾ. ತೃಣಧಾನ್ಯ, ಕಡಧಾನ್ಯ, ಬೇಳೆ. ಹಾಲು, ಮಟನ, ಮೀನು, ತತ್ತಿ ಇದೆಲ್ಲ ಬೇಕು ತಾನೇ ?

ಮಹೇಶ : ಅಲ್ಲದೇ ಶೇಂಗಾ (ಕಡಲೇಕಾಯಿ), ಸೊಪ್ಪಿನ ಪಲ್ಲೆ ಹಣ್ಣು ಹಂಪಲ...

ಬಂಟಿ : ಕಂದಮೂಲ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಪ್ರಕಾಶ : ಕಂದಮೂಲ ಎಂತಹದೊ ?

ಬಂಟಿ : ನಾನು ಓದಿದ್ದು ಹೇಳಿದೆನಯ್ಯಾ; ಕಂದಮೂಲ ಅದು ಗಡ್ಡೆ-ಗೆಣಸು, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹಣ್ಣುಗಳು ಎಣ್ಣೆ, ತುಪ್ಪ, ಸಕ್ಕರೆ, ಬೆಲ್ಲ ಇದೆಲ್ಲ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ ತಿನ್ನಲು !

ಡಾ. ರವಿ : ಸರಿ ! ಈ ಎಲ್ಲ ಘಟಕಗಳೂ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಇರಲೇಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಬೆಳೆಯುವ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಇಂಧನ-ಕೆಲೋರಿಗಳ ಉಷ್ಣಾಂಕದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ : ಆದರೆ ಡಾಕ್ಟ್ರೇ, ಆಹಾರದ ಜೊತೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲವೇ? ಬಯಲಿನಲ್ಲಿನ ಆಟಗಳ ಜೊತೆ ಸೂರ್ಯ ನಮಸ್ಕಾರ, ಯೋಗಾಸನಗಳು ಅವಶ್ಯಕ ತಾನೆ? ಓದುವದು, ಈಜುವದು ಉತ್ತಮ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಪ್ರಕಾರಗಳು. ವ್ಯಾಯಾಮ ಅಂದರೆ ಬರಿ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವದು ಅಂತಾ-ಅಲ್ಲ, ಪೂರ್ಣ ಶರೀರದ ಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವದು. ಅಲ್ಲವೇ ಡಾಕ್ಟ್ರೇ?

ಡಾ. ರವಿ : ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ, ಸುಂದರವಾಗಿ ಹೇಳಿದಿರಿ ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ. ವ್ಯಾಯಾಮ, ಆಹಾರದ ಜೊತೆ, ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಅಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವದ್ದು.

ಪ್ರಕಾಶ : ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಏನು?

ಡಾ. ರವಿ : ಹಾಂ! ಹಾಂ! ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಜನನೇಂದ್ರಿಯ, ಮೂತ್ರ ಮಾರ್ಗ, ಗುದದ್ವಾರಗಳ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಅತೀವ ನಿಷ್ಕಾಳಜಿ ಇದೆ. ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಶಿಶ್ನ ಮಣಿಯ ಮೇಲಿನ ಚರ್ಮವನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಸರಿಸಿ, ಆ ಭಾಗವನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಲೇಬೇಕು. ಶಿಶ್ನ , ವೃಷಣ, ತೊಡೆ ಸಂದು, ಗುದದ್ವಾರಗಳನ್ನು

ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲೇಬೇಕು. ಈ ಗುಹ್ಯ ಭಾಗಗಳ ಅಸ್ವಚ್ಛತೆಯಿಂದ ಬೂಸು ಅಥವಾ ಅನ್ಯ ತ್ವಚೆ ರೋಗಗಳು ಉತ್ಪನ್ನವಾಗುತ್ತವೆ.

ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ : ಅಂತೂ ಡಾಕ್ಟ್ರೇ, ಈ ಮಕ್ಕಳು ಹದಿ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ತಮ್ಮ ಶರೀರದ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ ಎಂದ ಹಾಗೆ ಆಯಿತಲ್ಲವೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಮತ್ತೆ!

ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ : ಅಂದ ಮೇಲೆ, ಮಕ್ಕಳೇ! ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ ಎಲ್ಲ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗುವದು ಇದೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಾಗುವುದರಿಂದ, ಯೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಕಾರದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯೂ ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ ಅಲ್ಲವೇ? ಆತ್ಮ ಸಂಯಮನದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಬಹಳವಿದೆ. ಅದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

ಡಾ. ರವಿ : ಹೌದು, ಇದು ನೂರಕ್ಕೇ ನೂರು ಸತ್ಯ.

ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ : ಇಲ್ಲಿ ನೋಡಿ. ನನ್ನ ಈ ಕೆಲ ಮಾತುಗಳನ್ನು ತುಂಬಾ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

''ಎಂದೂ ಯಾರ ಬಲವಂತಕ್ಕೂ ಬಲಿಯಾಗಬೇಡಿ. ಕೆಟ್ಟ ಚಟಗಳಿಂದ ಆದಷ್ಟು ದೂರವಿರಿ. ಒಂದು ಸಲ, ರೇಸ, ಜೂಜಾಟ, ವೇಶ್ಯಾಸಂಗ, ಮದ್ಯ, ಗಾಂಜಾ ಇವುಗಳ ಮೂಲಕ ಕ್ಷಣಿಕ ಚೈನಿಗೆ ಒಲಿದು ಗುನ್ಹೇಗಾರಿಯ ಮಾರ್ಗಹಿಡಿಯಬೇಡಿರಿ. ಒಂದು ಸಲ ಈ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿದವ ಹೊರಗೆ ಬರುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ. ತುಂಬಾ ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಇರ್ರಿ.''

ಡಾ. ರವಿ : ಅಲ್ಲದೇ, 'ಬ್ಲೂಫಿಲ್ಮ' ,'ಹಳದಿ ಕವರಿನ ಅಶ್ಲೀಲ ಪುಸ್ತಕ', ಸಂಭೋಗ ಸೂಚಿಸುವ ನಗ್ನ ಚಿತ್ರ, ಮಾಸಿಕ, ಸಿನೆಮಾ ಇವುಗಳಿಂದಲೂ ಒಂದು ಮೈಲಿ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಕ್ಕಿಂತ, ವಿಕೃತಿಯೇ ಜಾಸ್ತಿ. ವಿವಾಹ ಪೂರ್ವ ಸಂಬಂಧವಿಡಲೇಬಾರದು. ಯಾಕೆಂದರೆ ಇಂಥ ಸಂಬಂಧಗಳೇ ಗುಪ್ತರೋಗ,

ಏಡ್ಸ್‌ದಂಥ ಭಯಂಕರ ರೋಗದ ಜನ್ಮಸ್ಥಾನ. ಹಾಗೆಂದೇ ಸ್ತ್ರೀಯೊಡನೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸಬೇಡಿರಿ. ನೈತಿಕ ಮೌಲ್ಯ ಎಂಬ ಈ ಮಹತ್ವದ ವಸ್ತುವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಜತನ ಮಾಡಿ.

ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ : ಹಾಂ! ಖರೇ ಅಂದ್ರೆ ಒಳ್ಳೇ ಹವ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ತೊಡಗಿಸಿದರೆ, ಕೆಟ್ಟ ವಿಚಾರಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪದ ಎಲ್ಲಿ ಬಂತು? ಇದಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆ ಸಂಗಾತಿ ಮಾತ್ರ ಬೇಕು. ವಾಚನ, ಆಟ, ಸಂಚಾರ, ಗಿರಿ ಆರೋಹಣ, ಆಕಾಶ ದರ್ಶನ, ಪಕ್ಷಿ ವೀಕ್ಷಣೆ, ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಗಿಡ ನೆಡುವುದು, ಪರಿಸರದ ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಿಸುವದು ಇನ್ನೂ ಎಷ್ಟೋ ಲೋಕೋಪಯೋಗಿ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆನಂದ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಭವಿಷ್ಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು? ಸ್ವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಹೇಗೆ ಅರಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಹೇಗೆ ಆಗಬೇಕು? ಈ ಎಲ್ಲ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ವಯಸ್ಸು ಇದೇನೆ.

ಡಾ. ರವಿ : ಖರೇ ಅದಾ ಸಾಹೇಬ್ರ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹುಡುಗ ರಷ್ಟೇ ಹುಡುಗಿಯರೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.

ರಾಹುಲ : ಡಾಕ್ಟರ್ ಅಂಕಲ್ ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲೂ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಒಳ್ಳೇ ಕುತೂಹಲವೋ ನಿನ್ನದು! ಅದೂ ನೈಸರ್ಗಿಕ. ಈ ವಿಷಯಯಾನೇ ತುಂಬಾ ಮಹತ್ವದ್ದು. ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದ ಹುಡುಗ, ಹುಡುಗಿ–ಇಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಅನೇಕ ವ್ಯತ್ಯಾಸ –ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಗುತ್ತವೆ. ಬದಲಾವಣೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪಿಟ್ಯುಟರಿ ಗ್ರಂಥಿಯಿಂದ ಸ್ರವಿಸುವ ಸ್ತ್ರೀ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಚೋದಕ ರಸದೂತಗಳ ಕಾರಣವಾಗಿ ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲಿ 'ಈಸ್ಟ್ರೋಜೆನ್' ಮತ್ತು 'ಪ್ರೊಜೆಸ್ಟಿರಾನ' ಎಂಬ ಎರಡು ರಸದೂತಗಳನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಲೇನೆ ಹುಡುಗಿ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬರಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತಾಳೆ. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ವಯಸ್ಸಿನ 10ನೇ ವರ್ಷದಿಂದ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬರುವ ಲಕ್ಷಣ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅದೇನೆಂದರೆ ಎತ್ತರ

ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಮೊಲೆಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಜನನ ಭಾಗದ ಸುತ್ತ ಮತ್ತು ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ ಕೂದಲು ಬೆಳೆಯುವದು, ಕಟಿಬಂಧ (ಸೊಂಟದಕೆಳಗಿನ ಭಾಗ) ದೊಡ್ಡದಾಗುವುದು, ರಟ್ಟೆ, ತೊಡೆಗಳೆಲ್ಲ ದುಂಡು ದುಂಡಾಗಿ ಮೈತುಂಬುವದು, ಆ ಮೇಲೆ ಸುಮಾರು 13 ವರ್ಷದ ಸುಮಾರಿಗೆ ಋತು ಅಥವಾ ಮುಟ್ಟು ಶುರುವಾಗುತ್ತೆ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಮುಟ್ಟು ಶುರುವಾಯ್ತು ಎಂದರೆ ಅವಳು ''ಸ್ತ್ರೀ'' ಅವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾದಳು ಅಂತಾ.

ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನ ಶುರುವಾದಂತೆ ಹುಡುಗ ಪುರುಷನ ಲಕ್ಷಣ ಪಡೆದಂತೆ; ಮುಟ್ಟು ಶುರುವಾದಾಗ ಹುಡುಗಿ ಸ್ತ್ರೀ ಆದಂತೆ. ಸಂತಾನೋತ್ಪಾದನೆ ಸಜೀವಿಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಗುಣಧರ್ಮ. ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬರೋದು ಅಂದರೆ ಪ್ರಜನನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕಾರ್ಯನಿರತವಾಗುವುದು, ಮತ್ತು ಸಂತಾನೋತ್ಪಾದನೆಗೆ ಸಕ್ಷಮವಾಗುವದು.

ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ : ಡಾಕ್ಟ್ರೇ, ನನಗೇನು ಅನಿಸುತ್ತೆ ಅಂದ್ರೆ, ಹುಡುಗರಿಗೂ ಹುಡುಗಿಯರ ಪ್ರಜನನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನ ಅವಶ್ಯ ಅಂತಾ. ಬರೀ ಫಾಜೀಲ ಕುತೂಹಲಕ್ಕಿಂತ ಜ್ಞಾನ ಒಳ್ಳೇದು, ಏನಂತೀರಿ?

ಡಾ. ರವಿ : ಅಗದೀ ಬರೋಬ್ಬರಿ. ಅದನ್ನೇ ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳುತೇನೆ. ಈ ಚಿತ್ರ ನೋಡಿ. ಇದು ಸ್ತ್ರೀಯರ ಪ್ರಜನನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಹೊರ ಅವಯವ. ಅದು ಹೀಗೆ ಉದ್ದವಾಗಿ ಛೇದವಾಗಿರುತ್ತೆ, ಈ ಛೇದದ ಎರಡೂ ಬದಿಗೆ ತುಟಿಯಂತೆ ಉಬ್ಬಿದ ಮಾಂಸಲ ಭಾಗ ಹಿರಿದುಟಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಅಗಲ ಮಾಡಿದಾಗ ಕಾಣುವುದು ಕಿರುದುಟಿ. ಲಘು ಭಗೋಷ್ಠದ ಮೇಲ್ಗಡೆ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಕಾಣುವ ಅವಯವವೇ ''ಶಿಶ್ನಿಕಾ ಇದಕ್ಕೆ ಭಂಗಾಕುರ ಎಂತಲೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಕಿರುದುಟಿಯನ್ನು ಅಗಲ ಮಾಡಿದಾಗ ಎರಡು ಛಿದ್ರಗಳು ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಮೇಲಿನದು ಮೂತ್ರದ್ವಾರ, ಅದರ ಕೆಳಗಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಛಿದ್ರ ಯೋನಿದ್ವಾರ. ಈ ಯೋನಿದ್ವಾರದ ಮೇಲೆ ತೆಳುವಾದ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ

ರಂಧ್ರಗಳಿರುವ ಒಂದು ಪರದೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿಂದಲೇ ಮುಟ್ಟು ಸ್ರವಿಸುವದು. ಮತ್ತು ಸಂಭೋಗ ನಡೆಯುವದು ಇಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ಒಂಭತ್ತು ತಿಂಗಳು ಬೆಳೆದ ಕೂಸು ಹೊರಬರುವದು ಸಹ ಇಲ್ಲಿಂದಲೇ.

ಇವೆಲ್ಲವುಗಳದರ ಕೆಳಗೆ ಇರುವ ಛಿದ್ರ ಗುದದ್ವಾರ. ಅಂದರೆ ಶರೀರದ ಮಲವನ್ನು ಹೊರಗೆ ತಳ್ಳುವ ರಂಧ್ರ.

ಈಗ ಶರೀರದ ಒಳಗಿರುವ ಅವಯುವಗಳನ್ನು ನೋಡುವಾ. ಇದು ಯೋನಿಮಾರ್ಗ. ಇದು ಶರೀರದ ಹೊರಭಾಗದಲ್ಲಿ ತೆರೆಯುವದು. ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಯೋನಿಮಾರ್ಗದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಾಶಯವಿರುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭಾಶಯುದ ಮುಖ ಯೋನಿ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ತೆರೆಯುತ್ತೆ, ಗರ್ಭಾಶಯದ ಎರಡೂ ಬದಿಗೆ ಬೀಜವಾಹಕ ನಲಿಕೆಗಳಿವೆ. ಈ ನಲಿಕೆಗಳ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅಂಡಾಕೃತಿಯ ಎರಡು ಬೀಜಕೋಶಗಳಿರುತ್ತವೆ.

ಪಿಟ್ಯುಟರಿ ಗ್ರಂಥಿ ಸ್ರವಿಸುವ ಸ್ರಾವದಿಂದ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಒಂದು ಸ್ತ್ರೀ ಬೀಜ ಪರಿಪಕ್ವವಾಗಿ ಹೊರಬಂದು ಬೀಜವಾಹಕ ನಲಿಕೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿಯೇ ಪುರುಷ ಬೀಜದೊಡನೆ ಈ ಸ್ತ್ರೀ ಬೀಜದ ಸಂಯೋಗವಾದರೆ ಗರ್ಭ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಾಗಲು, ಅದರ ಪಾಲನೆ ಪೋಷಣೆಗೆ ಗರ್ಭಾಶಯುದ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಒಳಚೀಲವಿರುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭ ನಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ ಹೊಸದಾಗಿ ತಯಾರಾಗುವ ಈ ಒಳಚೀಲನಾಶವಾಗಿ ಯೋನಿಯು ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಹೊರಚೆಲ್ಲಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಮಾಸಿಕ ಮುಟ್ಟು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಕಾಶ : ಬಾಪರೇ! ನಮಗೆ ಎಷ್ಟುಕುತೂಹಲವಿತ್ತು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಗೊತ್ತೇ? ಈ 'ಮಾಸಿಕ ಮುಟ್ಟಿನ' ಬೇಜಾರು ನಮ್ಮ ಪುರುಷರ ಪಾಲಿಗೆ ಇಲ್ಲ, ಇದಕ್ಕಿಂತ ಯಾವ ದೊಡ್ಡಭಾಗ್ಯ ಬೇಕು ಹೇಳು?

ಡಾ. ರವಿ : ಅರೇ ಪ್ರಕಾಶ, ಮುಟ್ಟು ಅತಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಅದರಿಂದ,ಯಾವ ದೋಷ, ಪಾಪ, ರೋಗ, ಮೈಲಿಗೆ ಇಲ್ಲ. ಅದರ ಬದಲು, ಈ ಮುಟ್ಟು ಸ್ತ್ರೀಗೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ವರದಾನ ಅಂತಲೇ ತಿಳಿ.

ಮಹೇಶ : ಅಂಕಲ್, ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬರುವ ಹುಡುಗ, ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ, ನೀವು ಹೀಗೆ ನಡೆಯಬೇಕು, ಹಾಗೆ ಇರಬಾರದು, ಹೀಗೆ ವ್ಯವಹಾರ ಮಾಡಬೇಕು ಅಂತಾ ಏನೆಲ್ಲ ನಿರ್ಬಂಧ ಏಕೆ? ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಹೀಗೆ ನಡೆ, ಹುಡುಗರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಬೇಡ, ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಇರಕೂಡದು ಅಂತ ಏನೆಲ್ಲ ಬಂಧನ ಏಕೆ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೂ ಈ ಎಲ್ಲ ಶಾರೀರಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೂ ಸಂಬಂಧವಿದೆಯೆ?

ಡಾ. ರವಿ : ಈ ಬಂಧನಗಳ ಕಾರಣ ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿದೆ. ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಈ ಎಲ್ಲ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಹುಡುಗಿಯರೂ ತುಂಬಾ ಗೊಂದಲಕ್ಕೀಡಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹುಡುಗರ ಮಾನಸಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾದಂತೆ, ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲೂ ಮಾನಸಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುವ ಕಾಲ ಇದೇನೆ, ಅವರಿಗೂ ನಾವು ದೊಡ್ಡವರಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಅಭಿಮಾನ ತುಂಬುತ್ತದೆ. ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ ಹುಡುಗರಿಗಿಂತ ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಜಾಸ್ತಿ, ಬೇಗ ಶುರು ಆಗುತ್ತೆ, ಅವರಿಗೆ ಪ್ರೌಢತ್ವ ಬೇಗ ಬರುವ ಕಾರಣ ಸರೀಕದ ಹುಡುಗರು ಚಿಕ್ಕವರು ಎಂದು ಕೂಡಾ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ರಾಹುಲ : ಹಾಂ ! ಇದನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲ ಅನುಭೋಗಿಸಿದ್ದೇವೆ ಅಂಕಲ್ !

ಮಹೇಶ : ಅದೇನು ?

ರಾಹುಲ : ಮೊನ್ನೆ,ಮೊನ್ನೆಯವರೆಗೆ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸರೀಕತನ ಮಾಡೋ ಪಕ್ಕದ ಮನೆ ಮನ್ನೂ ! ಈಗ ನಮ್ಮ ಕಡೆಗೆ ನೋಡುವುದು ಕೂಡ ಇಲ್ಲ, ಏಕದಂ ತುಂಬಾ ಜಾಣಳಾಗಿದ್ದಾಳೆ !

ಪ್ರಕಾಶ : ಡಾ. ರವಿ ಅಂಕಲ್, ಈಗ ತಿಳಕೊಳ್ರಿ ? ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಹುಡುಗಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರೇಮ ಕೂತಿತು...

ಡಾ. ರವಿ : ಸ್ವಲ್ಪ, ಸ್ವಲ್ಪ ನಿಧಾನ, ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೆಂಥ ಪ್ರೇಮ ಮರಿ ! ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬರೀ ಶಾರೀರಕ ಆಕರ್ಷಣೆ ಮಾತ್ರ ಅನಿಸೋದು. ಪ್ರೇಮ ಅಂದರೆ ಏನು? ಅನ್ನುವುದು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯುತ್ತೆ? ಹಾಂ, ಪ್ರೇಮ ಮಾಡೋದು, ಪ್ರೇಮಿಸಿಕೊಳ್ಳೋದು ಈ ಎರಡೂ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ತುಂಬಾ ಅವಶ್ಯ, ತಾಯಿ – ತಂದೆ, ಅಣ್ಣ – ತಂಗಿ, ಅಕ್ಕ – ತಮ್ಮ ಗೆಳೆಯ– ಗೆಳತಿ, ಈ ಎಲ್ಲ ಸಂಬಂಧಗಳಿಂದ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಈಡೇರುತ್ತದೆ.

ಬಾಬಾ.... : ಮಾತೃಪ್ರೇಮ, ಪಿತೃ ಪ್ರೇಮ, ದೇಶ ಪ್ರೇಮ ಇವುಗಳು ಕೂಡ ಪ್ರೇಮದ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳು ತಾನೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಅದೇನೋ ಸರಿ ಆದರೆ ಸ್ತ್ರೀ – ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಪ್ರೇಮ ಈ ಎಲ್ಲ ಭಾವನೆಗಳಿಗಿಂತ ಬೇರೆ ಇರುತ್ತೆ, ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಉನ್ನತವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಆದ ಕಾರಣ ಈ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ, ಸಾಂಸಾರಿಕ, ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾದ ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸಮರಸ ಭಾವದಿಂದ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಅನುಭವದ ಸುಖ ದುಃಖ ಅರಿತುಕೊಂಡೇ ಆಗಬೇಕು, ಆಗಲೇನೆ ಸಂಸಾರ ಸುಖಮಯವಾಗೋದು.

ಹುಡುಗ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ, ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಂತೆ ಪ್ರೇಮ ಭಾವ ಸಹಜ. ಅವರ ಮಧ್ಯ ಬೆಳೆಯುವ ಒಲುಮೆ ಆಕರ್ಷಣೆ ತುಂಬಾ ನೈಸರ್ಗಿಕ. ನಿಸರ್ಗವೇ ಈ ಶಾರೀರಕ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಕಾರಣ.

ಬಾಬಾ : ಅದನ್ನೇ ಹೇಳೋದು, ಬರೀ ಆಕರ್ಷಣೆ ಪ್ರೇಮವಾಗ ಲಾರದೂ ಅಂತ. ಹಿಂದಿನ ಮುಂದಿನ ಯಾವ ವಿಚಾರವನ್ನು ಮಾಡದೇ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಶಾರೀರಿಕ ಸ್ಥೂಲ ಭಾಗದ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಪ್ರೇಮವೆಂದು ಕರೆದರೆ ಅದು ಸ್ಥಿರ ಭಾವವಾಗಲಾರದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಗುಣದೋಷಗಳ ತುಲನೆ ಇರದು. ನಮ್ಮ ಈ ಆಕರ್ಷಣೆ ಜೊತೆ ಮನಗಳೂ ಕೂಡಿವೆಯೇ? ಆಯುಷ್ಯದ ಕೊನೆಯವರೆಗೆ ನಾವು ಹೆಗಲಿಗೆ ಹೆಗಲು ಹಚ್ಚಿ

ನಡೆಯಬಲ್ಲೆವೇ? ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ನಿರ್ವ್ಯಾಜ್ಯವಾಗಿ ಸುಖ ನೀಡಬಲ್ಲೆವೇ? ಈ ವಿಚಾರಗಳು ಈ ಆಕರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮೀರಿದ್ದು

ಬಂಟಿ : ಪ್ರಕಾಶ, ಹಾಗಾದರೆ ಆ 'ಮೊದಲ ನೋಟ'ದ 'ಮೋಡಿ' ಇವೆಲ್ಲ ಏನು ಸುಳ್ಳೆ?

ಬಾಬಾ : ಲೋ, ಅದೆಲ್ಲ ಫಿಲ್ಮಿ ಅದು ನಡೆಯೋದು ಆ ಕತ್ತಲು ಟಾಕೀಜನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಅದು ತುಂಬಾ ಅವಿಚಾರಿ, ಅಪರಿಪಕ್ವ ಮತ್ತು ತುಂಬಾ ಮೇಲು ಮೇಲಿನದು.

ರಾಹುಲ : ಅಂಕಲ್, ಹುಡುಗಿಯರ ಪ್ರೇಮದ ಕನಸು ನಮ್ಮಂತೇನೆ ಇರುತ್ತದೆಯೇ?

ಡಾ. ರವಿ : ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಪ್ರೇಮಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಶಾರೀರಿಕ ಸಾಮೀಪ್ಯದ ಲವಲವಿಕೆ ಜಾಸ್ತಿ ಆದರೆ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಪ್ರೇಮ ಅಂದರೆ ಸಂಭೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ಅನಿಸಿಕೆ ಜಾಸ್ತಿ . ಪ್ರೇಮದಲ್ಲಿ ಬೀಳುವ ಮೊದಲು ಇಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ – ತಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ಏಕ ನಿಷ್ಠತೆ, ತ್ಯಾಗ, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಸಂವೇದನದಂತಹ ತಳಹದಿ ಪ್ರೇಮಕ್ಕೆ ಬೇಕೇ ಬೇಕು.

ಪ್ರೇಮ ಒಬ್ಬರೊಬ್ಬರ ವಿಕಾಸ ಸಾಧಿಸುವ ಸಾಧನವಾಗಬೇಕು. ಹುಡುಗ ಹುಡುಗಿಯರು ಪರಸ್ಪರ ಶರೀರ, ಮನಗಳನ್ನು ಅದರ ಭಾವದಿಂದ ನೋಡುವುದನ್ನು ಅಳವಡಿಸಬೇಕು. ಪರಸ್ಪರ ಮಿತ್ರತ್ವ ಭಾವದಿಂದಲೇ ನಡೆಯಬೇಕು. ಶಾರೀರಿಕ ಸಾಮೀಪ್ಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಸಂಯಮ ಭಾವದ ವರ್ತನೆ ಅವಶ್ಯ.

ಮಹೇಶ : ರವಿ ಅಂಕಲ್, ನಾನೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಲಾ?

ಡಾ. ರವಿ : ಅದಕ್ಕೇನು ಕೇಳಲ್ಲ

ಮಹೇಶ : ಶರೀರ ಸಂಬಂಧ, ಸಮಾಗಮ, ಸಂಭೋಗ ಎಲ್ಲವುಗಳ ಅರ್ಥ ಒಂದೇನೆ?

ಡಾ. ರವಿ	:	ಅಲ್ಲಲ್ಲ, ಮಹೇಶ ಸ್ತ್ರೀಪುರುಷರ ಶಾರೀರಿಕ ಮಿಲನಕ್ಕೆ ಸಂಭೋಗ ಅನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಲಗ್ನವಾಗುವ ತನಕ ಸಂಭೋಗ ನಿಷೇಧ. ಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣುಗಳ ಕೂಡುವಿಕೆಗೆ ''ಮೈಥುನ'' ಅಂತಾ ಹೆಸರು. ಮೈಥುನ ಕೇವಲ ಶಾರೀರಿಕ ಕೂಡುವಿಕೆ. ಆದರೆ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಶರೀರ ಸಂಬಂಧದ ಜೊತೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ಮಿಲನ, ಒಲುಮೆ, ಏಕ ನಿಷ್ಠತೆ, ಜವಾಬ್ದಾರಿ, ಇವೆಲ್ಲವುಗಳು ಅತಿ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿವೆ. ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರ ಸಮ್ಮತಿ ಇರಲೇಬೇಕು. ಅದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ''ಬಲಾತ್ಕಾರ'' ವಾಗುವುದು. ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ತನ್ನ ಸೆಟೆದ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಸ್ತ್ರೀಯ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ತೂರಿಸುತ್ತಾ ಕೊನೆಗೆ ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಯೋನಿ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪುರುಷ ಬೀಜಗಳು ಗರ್ಭಾಶಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲಿಂದ ಸ್ತ್ರೀಯ ಬೀಜವಾಹಕ ನಲಿಕೆಯನ್ನು ಸೇರುತ್ತವೆ. ಈ ಬೀಜ ನಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀ ಬೀಜವಿದ್ದರೆ, ಈ ಪುರುಷ ಬೀಜಗಳು ಸ್ತ್ರೀ ಬೀಜದ ಆವರಣವನ್ನು ಛೇದಿಸಿ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಪುರುಷ ಬೀಜಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪುರುಷ ಬೀಜ ಮಾತ್ರ ಒಳಸೇರಲು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ರೀತಿ ಸೇರಿದ ಕ್ಷಣವೇ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಈ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ಕ್ಷಣ ಇಬ್ಬರಿಗೂ ತಿಳಿಯದು. ಗರ್ಭನಿಂತ ಮೇಲೆ ಮಾಸಿಕ ಪಾಳಿ, ಮುಟ್ಟು ನಿಲ್ಲುತ್ತೆ ಆ ಮೇಲೆ ಈ ಗರ್ಭ ತಾಯಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ 9 ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತ ಇರುತ್ತೆ ಆ ಮೇಲೆ ಪೂರ್ಣ ಬೆಳೆದ ಗರ್ಭ, ಕೂಸಾಗಿ, ಯೋನಿದ್ವಾರದ ಮುಖಾಂತರ ಜನ್ಮ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.
ಪ್ರಕಾಶ	:	ಎಷ್ಟು ಸುಂದರವಾದ ಪ್ರಸಂಗ ಅಲ್ಲವೇ ರವಿ ಅಂಕಲ್! ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೊಂಚ ನಾಜೂಕಾಗಿದೆ.
ಡಾ. ರವಿ	:	ಒಳ್ಳೇದಾಯ್ತು ಕೇಳಯ್ಯಾ, ಕೇಳು,
ಪ್ರಕಾಶ	:	ಲಗ್ನವಾದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಥಮ ಶರೀರ ಸಂಬಂಧ ವಾಗುವಾಗ, ಸ್ತ್ರೀ ಯೋನಿಯಿಂದ ರಕ್ತ ಬಂದರೆ ಮಾತ್ರ

ಅವಳು ಕುಮಾರಿ ಇದ್ದಳು ಅಂತಾ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ. ರಕ್ತ ಬರದಿದ್ದರೆ ಅವಳ ಕೌಮಾರ್ಯ ಲಗ್ನದ ಮೊದಲೇ ಕಳೆದಿದೆ ಅಂತಾ ತಿಳವಳಿಕೆ ಇದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಜ ಸಂಗತಿ ಏನು ?

ಡಾ. ರವಿ : ಇದೊಂದು ದೊಡ್ಡ ರಂಪ ಹಿಡಿಯುವ ಪ್ರಸಂಗ. ಸ್ತ್ರೀ ಪುರುಷರ ಸಂಬಂಧ ಬಾರದೇ ಇರುವ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ''ಕೌಮಾರ್ಯ'' ಅಂತಾ ಹೆಸರು. ಎಷ್ಟೋ ಪುರುಷರಿಗೆ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀ ಯ ಯೋನಿಪಟಲ ಹರಿದು ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗದಿದ್ದರೆ, ಆ ಸ್ತ್ರೀಗೆ ಈ ಮೊದಲೆ ಶರೀರ ಸಂಬಂಧವಾಗಿದೆ ಅಂತಾ ನಿಶ್ಚಯ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ.ಇದು ಶುದ್ಧವಾಗಿ ಗೈರ ಸಮಜೂತಿ – ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ. ಅದೇನಂದ್ರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಹುಡುಗಿಯರ ಯೋನಿ ಪಟಲದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಛಿದ್ರಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಸೈಕಲ್ ಹೊಡೆಯುವುದು, ಓಡುವುದು, ಈಜುವುದು, ಕುದುರೆ ಸವಾರಿ ಈ ಎಲ್ಲ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಛಿದ್ರ ದೊಡ್ಡದಾಗುವ ಸಂಭವ ಇರುತ್ತೆ, ಇಂಥ ಹುಡುಗಿಯರಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗದೆಯೂ ಇರಬಹುದು.

ಮಹೇಶ : ಇನ್ನೊಂದು ಶಂಕೆ ಅಂಕಲ್...?

ಡಾ. ರವಿ : ಹೇಳು ಅದಕ್ಕೇನು ಬಂತು ಮುಜುಗರ.

ಮಹೇಶ : ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಲಗ್ನ ನಿಶ್ಚಯ ಮಾಡುವಾಗ, ಇಬ್ಬರ ರಕ್ತದ ಗುಂಪು ತಪಾಸಣೆ ಅವಶ್ಯ ಅಂತಾರೆ. ಅದು ಸರಿಯೆ?

ಡಾ. ರವಿ : ಇಲ್ಲೂ ತಿಳುವಳಿಕೆಯ ಅಭಾವ ಸಾಕಷ್ಟಿದೆ.ಲಗ್ನ ನಿಶ್ಚಯವಾದ ಮೇಲೆ ಇಬ್ಬರ ರಕ್ತ ಗುಂಪು ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಲೂ ಬಹುದು.

ಡಾ. ರವಿ : ಈ ತಪಾಸಣೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ. ಸ್ತ್ರೀಯ ರಕ್ತಗುಂಪು ಆರ್.ಎಚ್.–ನೆಗೆಟಿವ್ ಇದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ಪುರುಷನ ರಕ್ತಗುಂಪು ಆರ್.ಎಚ್. ಪಾಜಿಟಿವ್ ಇದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ಮಗುವಿನ ರಕ್ತಗುಂಪೂ ಆರ್. ಎಚ್. ಪಾಜಿಟಿವ್ ಇದ್ದರೆ,ಅವರಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ಎರಡನೇ

ಮಗುವು ಬದುಕುವ ಸಂಭವ ತೀರ ಕಡಿಮೆ, ಕಾರಣ ಆ ಸ್ತ್ರೀ ಮೊದಲ ಪ್ರಸೂತಿ ಆದನಂತರ ಮೂರು ದಿವಸಗಳಲ್ಲಿ 'ಆ್ಯಂಟಿ ಡಿ' ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತೆ, ಇದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗಲೇ ಎರಡನೇ ಮಗುವಿನ ಜೀವನದ ಮೇಲಿನ ಆಪತ್ತು ತಪ್ಪುತ್ತದೆ.

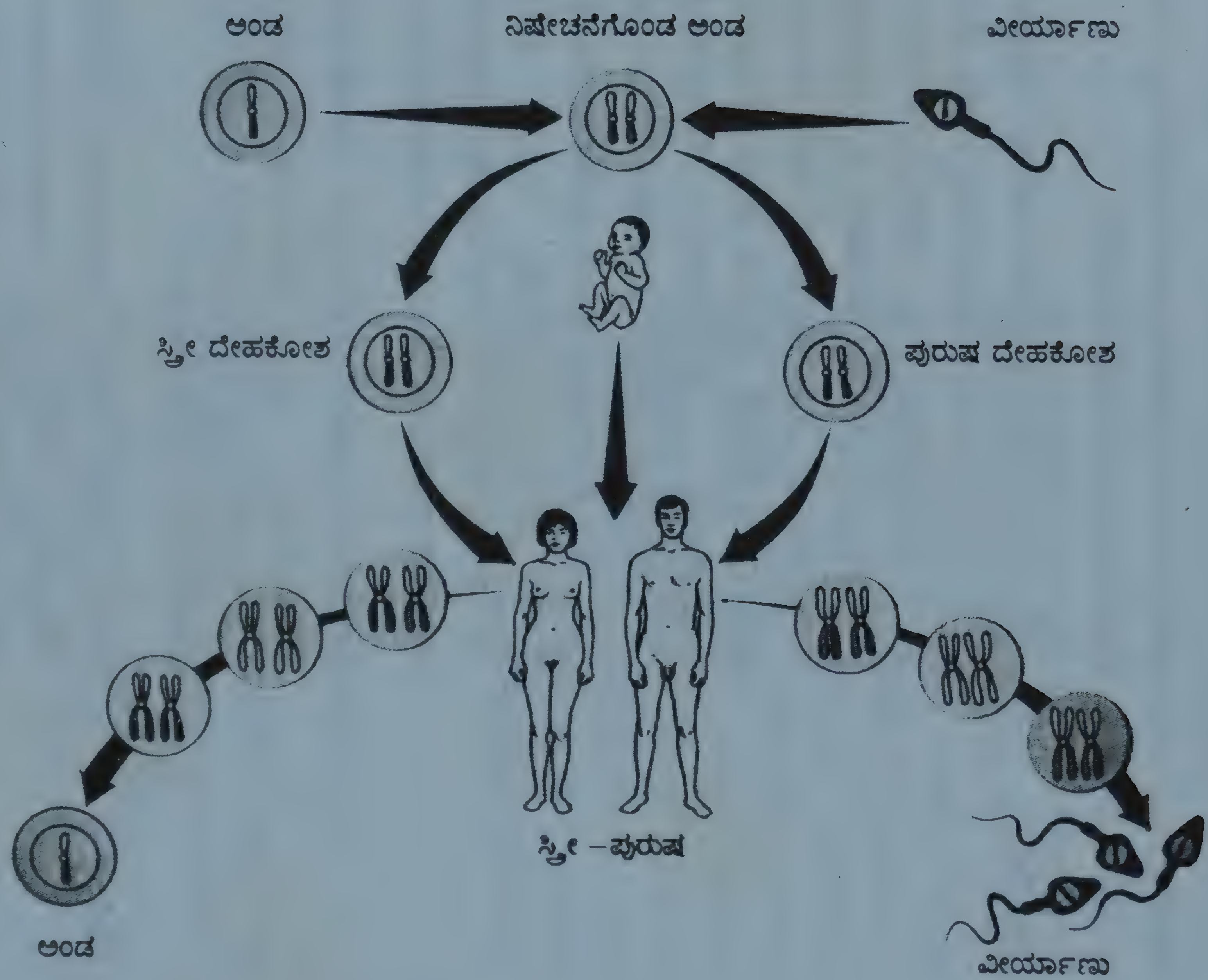
ಬಾಬಾ : ಡಾಕ್ಟರ, ಮಗು ಗಂಡೋ ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣೋ ಇದು ಯಾವುದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ?

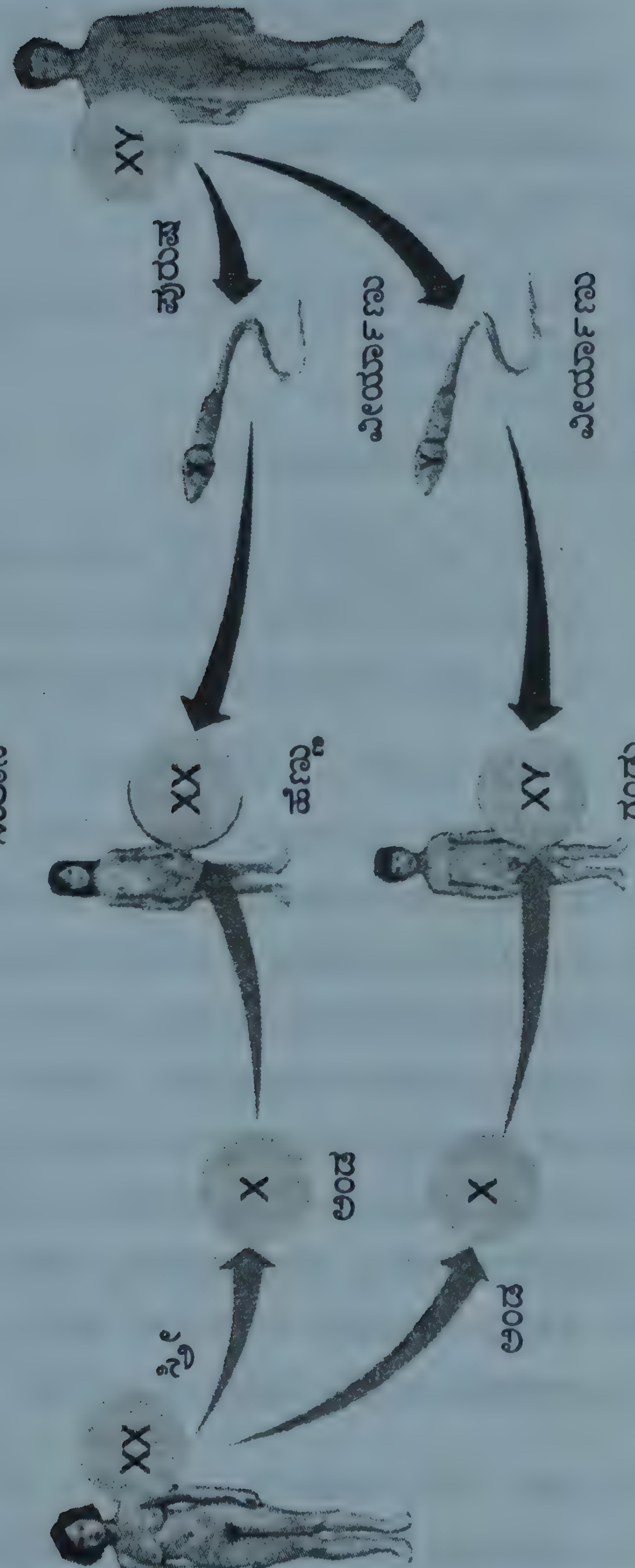
ಡಾ. ರವಿ : ಒಳ್ಳೇ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದಿರಿ ! ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ. ನಿಜವಾಗಿ ಹೇಳೋದಂದ್ರೆ ಮಗು ಗಂಡು, ಹೆಣ್ಣು ಅಂತಾ ಭೇದ ಭಾವ ಮಾಡಲೇಬಾರದು. ಈಗ ನಿಸರ್ಗ ಹೇಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡುವ. ಸ್ತ್ರೀ ಬೀಜದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ 'X' ಎಂಬ ಲಿಂಗ ಗುಣ ಸೂತ್ರದ ವರ್ಣದಂಡ ಇರುತ್ತೆ, ಪುರುಷ ಬೀಜದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕೆಲವುಗಳಲ್ಲಿ "X" ಮತ್ತು ಕೆಲವುಗಳಲ್ಲಿ 'Y' ವರ್ಣದಂಡ ವಿರುತ್ತದೆ. ಸಂಯೋಗ ಸಮಯದಲ್ಲಿ "X" ಗುಣ ವರ್ಣದಂಡ ವಿರುವ ಪುರುಷ ಬೀಜವಿದ್ದರೆ ಮಗು ಹೆಣ್ಣು ಆಗುತ್ತೆ, ಒಂದು ವೇಳೆ 'Y' ಗುಣಸೂತ್ರದ ವರ್ಣದಂಡ ಬೀಜದೊಡನೆ ಸಂಯೋಗವಾದರೆ ಗಂಡು ಮಗುವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿಸರ್ಗದಲ್ಲಿ ಗಂಡು, ಹೆಣ್ಣುಗಳ ಸಮತೋಲ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿರುತ್ತೆ, ಇದೆಲ್ಲ ನೋಡಿದಾಗ ಸೃಷ್ಟಿಯ ನಿಯಮದ ಬಗ್ಗೆ ಕೌತುಕ ಭಾವವಲ್ಲದೇ ಮತ್ತೇನು ಸಾಧ್ಯ ?

ರಾಜೇಶ : ಇದರ ಅರ್ಥ ಮಗು ಗಂಡಾಯ್ತು, ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣಾಯ್ತು, ಇದರಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀ ಅಥವಾ ಪುರುಷನ ತಪ್ಪು-ಒಪ್ಪು ಏನಿಲ್ಲ, ಗಂಡು - ಹೆಣ್ಣು ಆಗುವದು ಪುರುಷನ 'X' ಅಥವಾ 'Y' ವರ್ಣದಂಡದ ಬೀಜದಿಂದ. ಮಗು ಗಂಡು, ಹೆಣ್ಣು ಆಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪುರುಷನೇ ಕಾರಣ ತಾನೆ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಮಗು ಗಂಡೋ ಅಥವಾ ಹೆಣ್ಣೋ ಎಂಬುದರ


ಅಂಡ
ನಿಷೇಚನೆಗೊಂಡ ಅಂಡ
ವೀರ್ಯಾಣು
ಸ್ತ್ರೀ ದೇಹಕೋಶ
ಪುರುಷ ದೇಹಕೋಶ
ಸ್ತ್ರೀ –ಪುರುಷ
ಅಂಡ
ವೀರ್ಯಾಣು



ಲಿಂಗ ನಿರ್ಧಾರ

ನಿರ್ಧಾರದ ಗುಣದೋಷ ಹೇಗೆ ಪುರುಷ ಅಥವಾ ಸ್ತ್ರೀಗೆ ಅಲ್ಲವೋ, ಹಾಗೆ ಮಗುವಾಗದೆ ಇರುವದಕ್ಕೆ ಬರೀ ಸ್ತ್ರೀ ಮಾತ್ರ ದೋಷಿ ಅನ್ನುವದೂ ಅಷ್ಟೇ ತಪ್ಪು. ಮಗುವಾಗದಿದ್ದರೆ ಗಂಡ,ಹೆಂಡತಿ ಇಬ್ಬರೂ ಕೂಡಿಯೇ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈಗ ತುಂಬಾ ಮುಂದುವರೆದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ, ಮಗುವಾಗದೇ ಇರುವ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೊಳ್ಳೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸುಲಭ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಬಾಬಾ : ಸರಿ, ಒಂದು ವೇಳೆ ಮಕ್ಕಳು ಆಗಲೇ ಇಲ್ಲ ಅನ್ನಿ, ಅದಕ್ಕೆ ದುಃಖ ಏಕೆ?

ರಾಜೇಶ : ದತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರಾಯ್ತಪ್ಪ.

ಬಾಬಾ : ಒಂದು ಕಡೆ ಮಗು ಆಗದೇ ಇರೋ ಪ್ರಶ್ನೆ ಇದ್ದರೆ, ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು! ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಪ್ರಶ್ನೆ, ಒಳ್ಳೇ ವಿರೋಧಾಭಾಸವಲ್ಲವೇ ಡಾಕ್ಟರ ?

ಡಾ. ರವಿ : ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ, ಖರೇ ಅಂದ್ರ, ನನ್ನ ಕೇಳಿದ್ರೆ ಪುರುಷನೇ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮುತುವರ್ಜಿವಹಿಸಬೇಕು. ಸ್ತ್ರೀಯೇ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ನುಂಗಬೇಕು,ಏನೆಲ್ಲ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಅವಳೇ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಪರೇಶನ್ ಕೂಡ ಅವಳೇ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದೇನು ಬರೋಬರಿ ಅಲ್ಲ. ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಬರೀ ಸ್ತ್ರೀ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಅನ್ನೋ ಸಮಾಜದ ಕಲ್ಪನೆ ತಪ್ಪು, ಬಾಬಾಸಾಹೇಬ. ಈ ಭೇದವನ್ನು ಆಮೂಲಾಗ್ರವಾಗಿ ತೆಗೆದು ಹಾಕುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಈ ಯುವಕರ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು. ಏನಂತೀರಾ?

ಪ್ರಕಾಶ : ಅದು ಸರಿ ಅಂಕಲ್, ಮಕ್ಕಳು ಬೇಡ ಅಂತಾ ಪುರುಷರು ''ನಿರೋಧ'' ವಾಪರಿಸುತ್ತಾರಲ್ಲ ಅಂಕಲ್.

ಡಾ. ರವಿ : ನಿಜ, ಹಾಗೆಯೇ ಪುರುಷರೂ ಮಕ್ಕಳಾಗಬಾರದು ಅಂತಾ ಆಪರೇಶನ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ''ನಸಬಂದಿ'' ಅಂತಾ ಹೆಸರು. ಇಂಗ್ಲೀಷನಲ್ಲಿ

ವಾಸೆಕ್ಟಮಿ ಅಂತಾ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಈ ''ನಸಬಂದಿ'' ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳ ಆಪರೇಶನ್‌ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭ.

ಬಾಬಾ : ಡಾಕ್ಟ್ರೇ, ನನಗೆ ನಾಚಿಕೆ ಆಗುತ್ತೆ ಕೇಳೋಕೆ. ಈಗ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಲಿಂಗ 'ಸಂಭೋಗದ' ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿಬರುತ್ತೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ?

ಡಾ. ರವಿ : ಅದರ ಬಗೆಗೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ತುಂಬಾ ಇದೆ ಬಾಬಾ ಸಾಹೇಬ. ಹುಡುಗ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಂತೆ ಸಂಭೋಗದ ಹವ್ಯಾಸ ಹೆಚ್ಚುತ್ತೆ, ಅಲ್ಲದೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಲಿಂಗಿಗಳ ಒಡನಾಟ, ಮೈತ್ರಿ, ಸಹವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ, ಕೆಲಸಲ ಸಲಿಂಗ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಯುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ. ನೀವೆಲ್ಲ ಈ ಅನಿಷ್ಟ ಸಂಬಂಧದಿಂದ ದೂರ ಇರಿ. ಏಕೆಂದ್ರೆ ಇಂಥ ಸಂಬಂಧದಿಂದಲೇ ''ಏಡ್ಸ್'' ದಂಥ ಗುಪ್ತರೋಗದ ಪ್ರಸಾರ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ರಾಹುಲ : ಡಾ. ಅಂಕಲ್ ''ಹೈಡ್ರೋಸಿಲ'' ಮತ್ತು ''ಹರ್ನಿಯಾ'' ಎಂದರೇನು?

ಡಾ. ರವಿ : ''ಹೈಡ್ರೋಸಿಲ'' ನಲ್ಲಿ ವೃಷಣದಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬುತ್ತೆ ಇದನ್ನು ಆಪರೇಶನ್ ಮಾಡಿಯೇ ತೆಗೆಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ತರಹದ ಇನ್ನೊಂದು ತೊಂದರೆ ಅಂದ್ರೆ, 'ವ್ಹೆರಿಕೋಸಿಲ್' ಅಂತಾ. ವೃಷಣಗಳ ಮೇಲಿನ ನೀಲ ವಾಹಿನಿಗಳು ಊದಿಕೊಂಡಾಗ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಜಾಸ್ತಿ ಸಂಚಯವಾಗುತ್ತೆ ಅದರಿಂದ ವೃಷಣಗಳ ತಾಪಮಾನ ಹೆಚ್ಚುತ್ತೆ ಅವುಗಳಿಂದಲೇನೆ ಅವುಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಕಮ್ಮಿ ಆಗುತ್ತೆ, ಅದರ ಇನ್ನೊಂದು ಅರ್ಥ ಅಂದ್ರೆ ಪುರುಷ ಬೀಜದ ನಿರ್ಮಿತಿ ಕಡಿಮೆ ಆಗುವುದು. ಮಕ್ಕಳಾಗುವ ಕ್ಷಮತೆ ಇಲ್ಲಿ ಕಮ್ಮಿ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನು ''ಹರ್ನಿಯು'' ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳಿಂದ ಹಿಡಿದು, ಮುದುಕರ ವರೆಗೆ ಯಾರಿಗೂ ಆಗಬಹುದು.

ಮಗುವಿನ ಜನ್ಮದ ಕೆಲದಿನ ಮೊದಲೇ ವೃಷಣ ಗ್ರಂಥಿಗಳು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ರಂಧ್ರದ ಮೂಲಕ ವೃಷಣ

ಕೋಶಗಳಲ್ಲಿ ಇಳಿಯುತ್ತವೆ. ಒಂದೊಂದು ಸಲ ಇದೇ ಛಿದ್ರದಲ್ಲಿ ಕರುಳಿನ ಭಾಗ ತೂರಿ ಬರುತ್ತೆ, ಅದಕ್ಕೆ ''ಹರ್ನಿಯ'' ಅಂತಾ ಹೆಸರು. ಕೆಲ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ವೃಷಣ,ವೃಷಣ ಕೋಶದಲ್ಲಿ ಇಳಿಯದೇ ಛಿದ್ರದ ಆ ಕಡೇನೆ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡಿರುತ್ತೆ, ಅದಕ್ಕೆ 'ಇಳಿಯದ ವೃಷಣ' ಅನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೇನೆ ಮಗು ಹೊರಗೆ ಬಂದಕೂಡಲೇ ಡಾಕ್ಟರು ಕೂಲಂಕುಷವಾಗಿ ಮಗುವನ್ನು ತಪಾಸಿಸೋದು.

ಪ್ರಕಾಶ : ಡಾ. ರವಿ ಅಂಕಲ್, ತುಂಬಾ ಥ್ಯಾಂಕ್ಸ್, ಏನೆಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಹಜವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದಿರಲ್ಲ

ಡಾ. ರವಿ : ನಿಜ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಪರವಾಗಿ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿ, ಸುಮಧುರ ಸಂಬಂಧ ಸಾಧಿಸಬೇಕು. ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಆಗಲೇಬೇಕಾದರೆ, ಮೊದಲು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 18ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ನೀವು ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಾಗರಿಕರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಕಾಯದೇ ಪ್ರಕಾರ ಲಗ್ನವಾಗುವ... ಹುಡುಗನ ವಯಸ್ಸು 21 ಮತ್ತು ಹುಡುಗಿಯದು 18 ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಯಸ್ಸು ಆಗುವವರೆಗೆ ಶಾರೀರಕ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತೆ, ಜೀವನದ ಮಹತ್ತರ ತಿರುವಿನಲ್ಲಿರುವ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಇರುವ ಜಾಣ ಹುಡುಗಿಯ ಕೈಹಿಡಿಯುವುದರಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ. ಈ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ಸಂಬಂಧ ಪವಿತ್ರ ಸಂಬಂಧ ಇದನ್ನು ಆದರಿಸಿ ಗೌರವಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಶರೀರ ನಿಮ್ಮ ಮನ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವತ್ತು ಅದನ್ನು ಅವಳಿಗಾಗಿ ಸಂಬಾಳಿಸಿರಿ, ವೈವಾಹಿಕ ಸಂಬಂಧ, ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ, ಹಿರಿಯರು, ತಜ್ಞರೊಡನೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನೀವೆ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯ ಭಾವೀ ಜವಾಬ್ದಾರ ಪಾಲಕರು ತಾನೇ? ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರ ಸಂಬಂಧ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅವರ ಸಮಸ್ಯೆ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಿ, ಹಿರಿಯರ ಆದರ ಮಾಡಿ, ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರೇಮದ ಸುರಿಮಳೆ ಮಾಡಿ,

ಜೀವನ ಅರ್ಥವಾದಾಗಲೇ ಧ್ಯೇಯಕ್ಕೆ ಮಹತ್ವ ಬರುತ್ತೆ, ನಿಮ್ಮ ಒಲವು, ಅರಿವು ಅಂಧಶ್ರದ್ಧೆಯ ಮೇಲಿದ್ದರೆ, ಜೀವನದ ಕಟ್ಟು ಒಡೆದು ಹೋಗುತ್ತೆ ದಿನ ನಿತ್ಯ ವ್ಯವಹಾರವೂ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ, ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ್ದಾಗಿರಬೇಕು. ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಗಂಡಿನದು, ಹೆಣ್ಣಿನದು ಅಂತಾ ಭೇದವಿಲ್ಲ. "ಕಾಯಕವೇ ಕೈಲಾಸ ವಲ್ಲವೇ?" ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವಾಗ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣು ಎಂಬ ಭೇದ ಭಾವ ಸರಿಯೇ? ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ನಿಮ್ಮ ಸದ್ವಿವೇಕ ಬುದ್ಧಿಯ ಒರೆಗೆ ಹಚ್ಚಿ ನಿರ್ಧರಿಸಿ. ನೀವು ನಾಳಿನ ಸಮರ್ಥ–ಪರಿಪೂರ್ಣ ನಾಗರಿಕರಾಗು ವರಿದ್ದೀರಿ. ಲಕ್ಷ್ಯದಲ್ಲಿರಲಿ.

ಬಾಬಾ : ನಿಜ, ಡಾಕ್ಟ್ರೇ, ತುಂಬಾ ಮಹತ್ವದ ಮಾತು ಹೇಳಿದ್ದೀರಿ, ಒಳ್ಳೇ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ ಈ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ; ಧನ್ಯವಾದ.

ಮಹೇಶ, ಬಾಬಾ : ತುಂಬಾ ಥ್ಯಾಂಕ್ಸ ಅಂಕಲ್, ತಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದ ಹೇಳಲು ನಮಗೆ

ಪ್ರಕಾಶ, ರಾಜೇಶ ಶಬ್ದಗಳೇ ಸಿಕ್ತಾ ಇಲ್ಲ ತುಂಬಾ ಥ್ಯಾಂಕ್ಸ

ಡಾ. ರವಿ : ಸಾಕು, ಕಣ್ರೋ, ದೇವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸುಖವಾಗಿಡಲಿ.

ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು

1)	ಆರೋಗ್ಯ ಪಥ	ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ.
2)	ಆರೋಗ್ಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ	ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ.
3)	ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ	ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ.
4)	ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ಮಹಿಳೆಯರ ಕಾಯಿಲೆಗಳು	ಡಾ. ಸುನಂದ ಕುಲಕರ್ಣಿ
5)	ಆಡುಗೂಸಿನ ಆರೋಗ್ಯ	ಡಾ. ಕರವೀರಪ್ರಭು ಕ್ಯಾಲಕೊಂಡ
6)	Working Kannada for Medical Students	Dr.P.S.Shankar
7)	ಬಹಿರಂಗ ಶುದ್ಧಿ	ಡಾ. ನಾ.ಸೋಮೇಶ್ವರ
8)	ಹಳಿತಪ್ಪದ ಹೆರಿಗೆ	ಡಾ. ಲೀಲಾವತಿ ದೇವಸಾಸ್.
9)	ದಂತಾಂತರಂಗ	ಡಾ|| ಗುರುರಾಜ ಅರಕೇರಿ
10)	ಪುಷ್ಪೌಷಧಿ	ಡಾ|| ವಸುಂಧರಾ ಭೂಪತಿ
11)	ಶರೀರ ವಿಜ್ಞಾನ : ಹುಡುಗಿ ಹದಿವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಹುಡುಗ ಹದಿವಯಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗ	ಮರಾಠಿ ಮೂಲಃ ಅನಿತ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ ಚಾರುಶೀಲಾ ಜುಯಿಕರ್ ಅನುವಾದಃ ಎಂ.ಎನ್.ದೀಕ್ಷಿತ್

ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವೇತನ ಪುರಸ್ಕೃತರು

2002

1) ಕುಮಾರ ಭೀಮರಾಯ್ ವೀರಭದ್ರಪ್ಪ ಪಾಟೀಲ್–ಮಮದಾಪುರ. ಎಂ.ಆರ್.ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜು, ಗುಲಬರ್ಗಾ.

2003

1) ಕುಮಾರಿ ರೂಪಾ ಬಸವರಾಜ ಮುತ್ತಿಗಿ, ಗೌಡನಹಳ್ಳಿ,ಸೇಡಂ ತಾಲೂಕು, ಕರ್ನಾಟಕ ವೈದ್ಯವಿಜ್ಞಾನಗಳ ಸಂಸ್ಥೆ(ಕಿಮ್ಸ್)ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ.

ಡಾ. ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ. "ವೈದ್ಯಶ್ರೀ" ಪ್ರಶಸ್ತಿ ವಿಜೇತ ಗಣ್ಯರು

2000

ಡಾ. ನಿರ್ಮಲಾ ಕೇಸರಿ,

ಶಿಶುವೈದ್ಯರು, ದಾವಣಗೆರೆ.

2001

ಡಾ. ಆರ್.ನಾಗರತ್ನ,

ವಿವೇಕಾನಂದ ಯೋಗ ಅನುಸಂಧಾನ ಸಂಸ್ಥೆ, ಬೆಂಗಳೂರು.

2002

ಡಾ. ಚಂದ್ರಪ್ಪ ಎಸ್.ರೇಶ್ಮಿ,

ನೇತ್ರತಜ್ಞರು, ಪಿಟ್ಸ್‌ಬರ್ಗ್.

2003

ಡಾ. ಹೆಚ್.ಟಿ. ಗಂಗಲ್,

ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾ ತಜ್ಞರು, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ.

ಡಾ|| ಪಿ.ಎಸ್.ಶಂಕರ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ವಿಜೇತ ಕೃತಿಗಳು

2000

1) ವೈದ್ಯ–ವೈವಿಧ್ಯ	ಡಾ. ಎಚ್.ಎಸ್.ಮೋಹನ, ಸಾಗರ.

2001

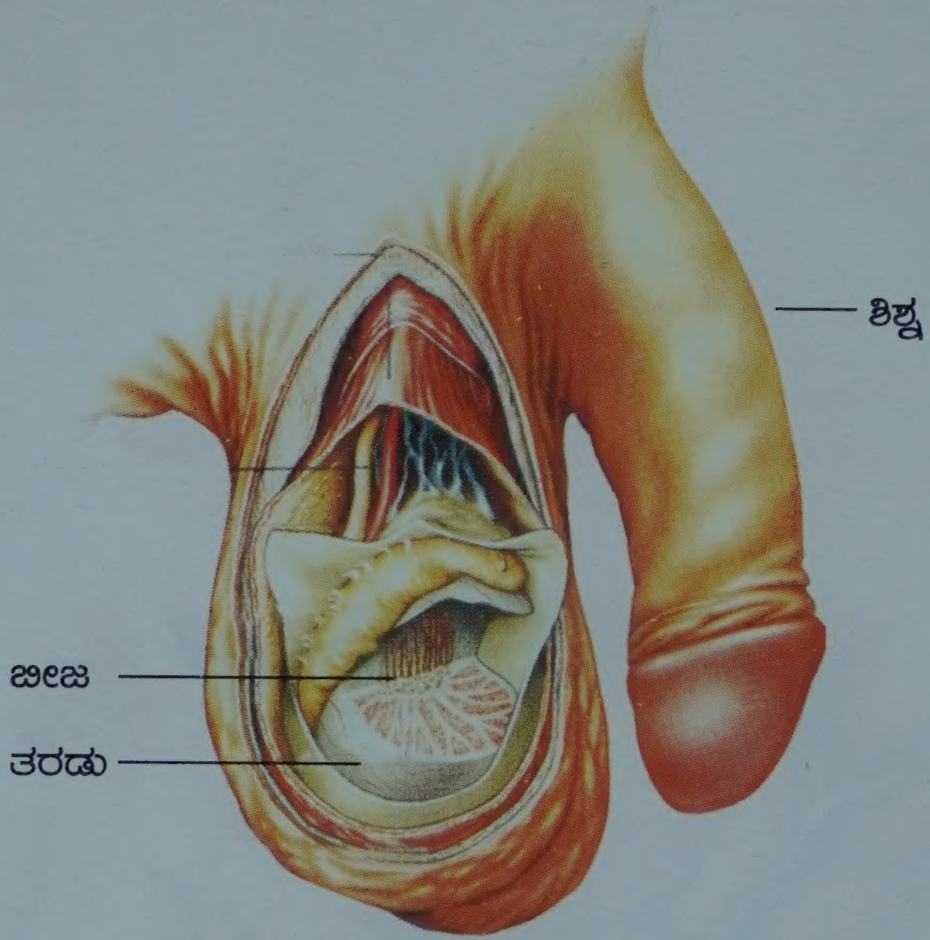
1) ನೀವು ಬಳಸುವ ಔಷಧಗಳು	ಡಾ. ಸಿ.ಆರ್.ಚಂದ್ರಶೇಖರ್, ಬೆಂಗಳೂರು.
2) ಗರ್ಭಿಣಿ–ಮಹಿಳೆಯರಿಗೊಂದು ಕೈಪಿಡಿ	ಡಾ. ಎಚ್.ಗಿರಿಜಮ್ಮ, ಬೆಂಗಳೂರು.

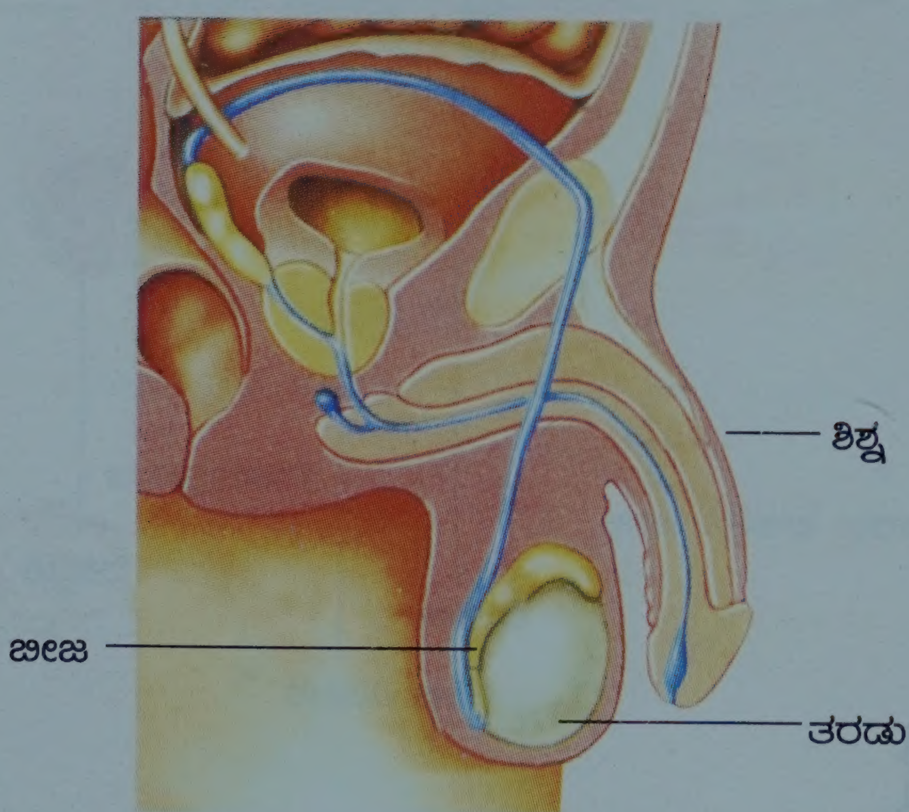
2002

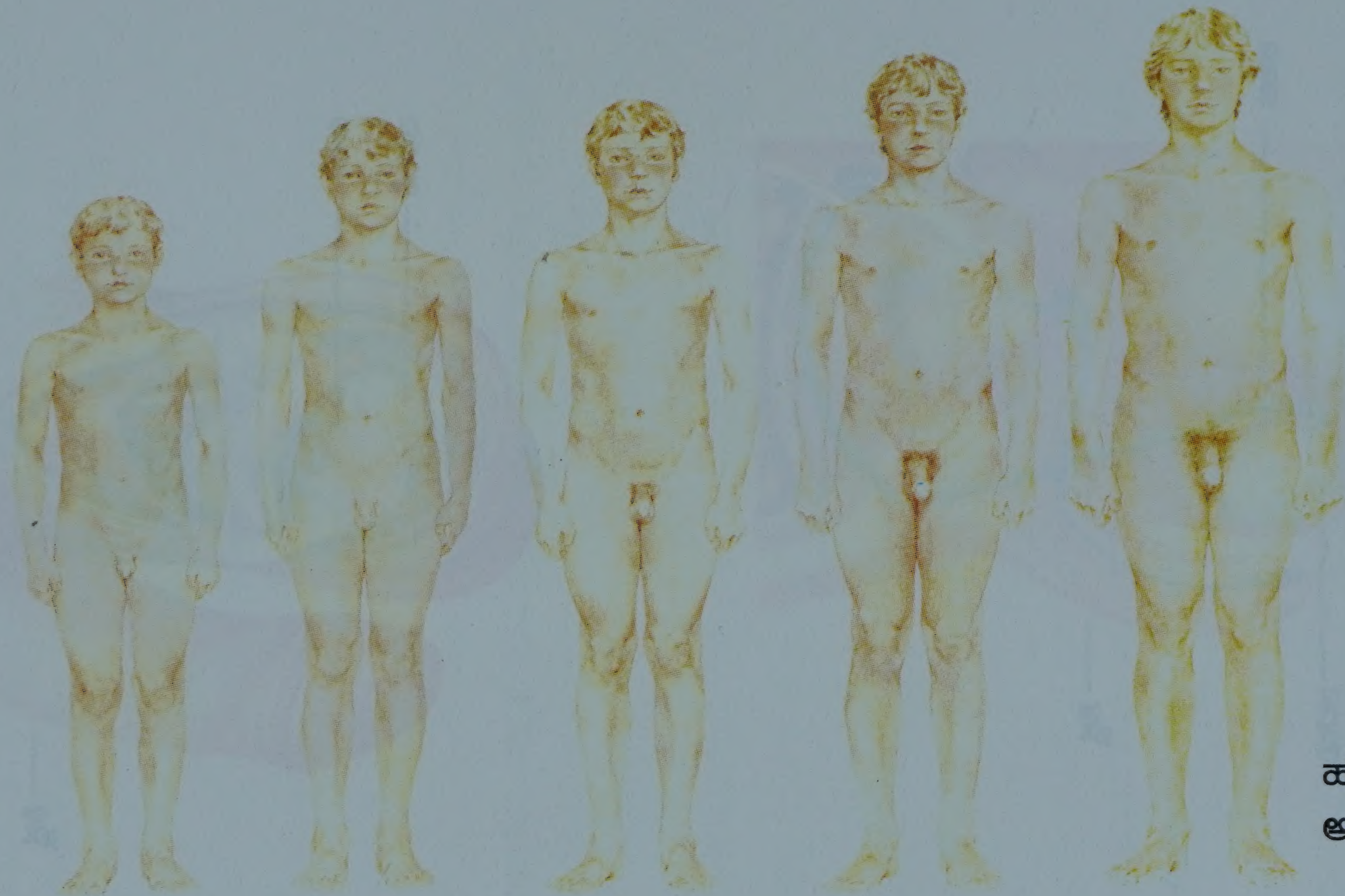
1) ಆರೋಗ್ಯ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ನಡುವೆ	ಡಾ. ನಾ.ಮೊಗಸಾಲೆ, ಕಾಂತಾವರ.
2) ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣು	ಡಾ. ಅನಂತ ಹುಯಿಲಗೋಳ ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ.

2003

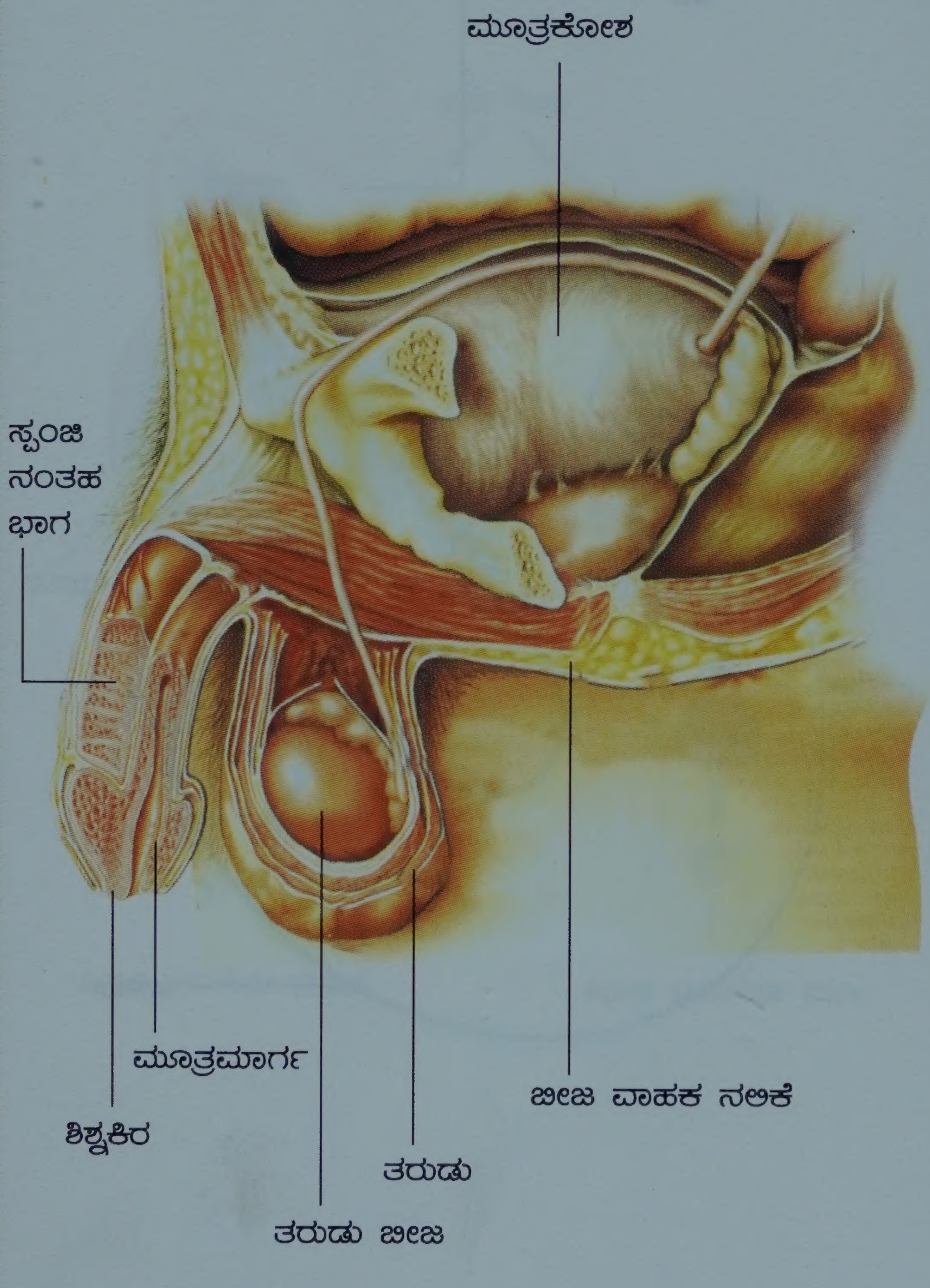
1) ನೀವು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮಗು	ಡಾ. ಸಿ.ಅನ್ನಪೂರ್ಣಮ್ಮ, ಬೆಂಗಳೂರು.
2) ನನಗೆ 'ಬೈ–ಪಾಸ್' ಆಯಿತು	ಡಾ. ಎಚ್.ಡಿ.ಚಂದ್ರಪ್ಪಗೌಡ. ಶಿವಮೊಗ್ಗ.
3) ಮಡದಿ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಚೆಲುವಗೆ (ವಿಶೇಷ ಪ್ರಶಸ್ತಿ)	ದಿ.ಡಾ. ಮೀನಗುಂಡಿ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಂ, ಮೈಸೂರು.


ಶಿಶ್ನ
ಬೀಜ
ತರಡು

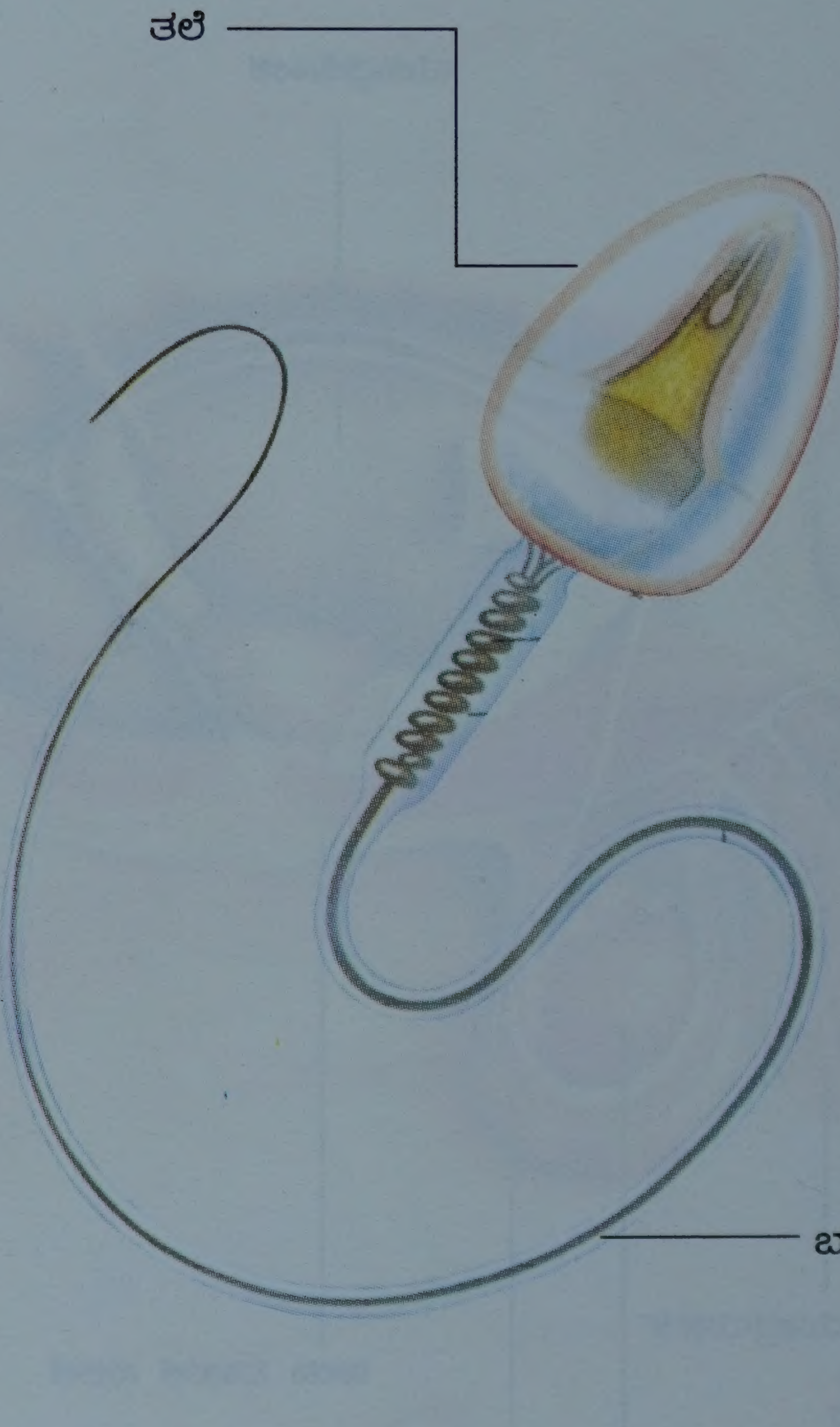

ಶಿಶ್ನ
ಬೀಜ
ತರಡು



ಹುಡುಗನ
ಅಬೆಳವಣಿಗೆ



ಪುರುಷ ಜನನಾಂಗ



ಶುಕ್ರಾಣು